

พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์

พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์ (เจริญ ปภสฺสโร)

วัดดอกไม้

พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์ (เจริญ ปภสฺสโร) อดีตเจ้าอาวาสวัดดอกไม้

อนุสรณ์

งานพระราชทานเพลิงศพ

พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์

(เจริญ ปภสฺสโร น.ธ. เอก, ป.ธ. ๔)

อดีตเจ้าอาวาสวัดดอกไม้

ณ เมรุพิเศษวัดดอกไม้

แขวงบางโพงพาง เขตยานนาวา

กรุงเทพมหานคร

วันเสาร์ที่ ๗ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๕๒

เวลา ๑๗.๐๐ น.

องค์ประธานในพิธีโดย

เจ้าประคุณสมเด็จพระพุฒาจารย์

(เกี่ยว อุปเสณมหาเถร ป.ธ. ๙)

เจ้าอาวาสวัดสระเกศ ราชวรมหาวิหาร

เจ้าคณะใหญ่หนตะวันออก กรรมการมหาเถรสมาคม

ประธานคณะผู้ปฏิบัติหน้าที่สมเด็จพระสังฆราช

อนุสรณ์
งานพระราชทานเพลิงศพ
พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์
(เจริญ ปภสฺสโร น.ธ. เอก, ป.ธ. ๔)
อดีตเจ้าอาวาสวัดดอกไม้ แขวงบางโพงพาง
เขตยานนาวา กรุงเทพมหานคร
วันเสาร์ที่ ๗ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๕๒ เวลา ๑๗.๐๐ น.

ประธานที่ปรึกษา

- **พระธรรมสุธี**
  เจ้าคณะกรุงเทพมหานคร
  อธิบดีสงฆ์วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์
  นายกสภามหาวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ที่ปรึกษา

- พระราชวชิราภรณ์ รองเจ้าคณะภาค ๑๕, ผ.จ.ล. วัดพระเชตุพนวิมลมังคลาราม
- พระปริยัติธีรคุณ เจ้าคณะเขตยานนาวา-สาทร ผ.จ.ล. วัดยานนาวา เขตสาทร กรุงเทพมหานคร
- พระสุธีธรรมนาถ เจ้าคณะแขวงยานนาวา เขต ๑, ผ.จ.ล. วัดยานนาวา เขตสาทร กรุงเทพมหานคร
- พระศรีศาสนวงศ์ เลขานุการรองเจ้าคณะภาค ๑๐, ผ.จ.ล. วัดอรุณราชวราราม กรุงเทพมหานคร
- พระพิพิธพัฒนาทร เจ้าอาวาสวัดปริวาส แขวงบางโพงพาง เขตยานนาวา กรุงเทพมหานคร
- พระครูโอภาสกิตติวัฒน์ เจ้าคณะเขตบางคอแหลม เจ้าอาวาสวัดเรืองยศสุทธาราม กรุงเทพมหานคร
- พระครูวิมลศีลสุนทร ที่ปรึกษาเจ้าคณะแขวงยานนาวา เขต ๒ เจ้าอาวาสวัดช่องนนทรี กรุงเทพมหานคร
- พระครูสถิตบุญวัฒน์ เจ้าคณะแขวงยานนาวา เขต ๒ เจ้าอาวาสวัดด่าน เขตยานนาวา กรุงเทพมหานคร
- พระมหาวีรพล วีรญาโณ เลขานุการเจ้าคณะเขตยานนาวา-สาทร วัดยานนาวา กรุงเทพมหานคร
- พระปลัดวีรภัทร ปริมุตฺโต เลขานุการเจ้าคณะแขวงยานนาวา เขต ๑ เขตสาทร วัดยานนาวา กรุงเทพมหานคร

คณะผู้จัดทำ

- พระครูปภากรวิหารกิจ (อำนวย ปภากโร)
- คณะสงฆ์วัดดอกไม้
- คณะครูอาจารย์โรงเรียนวัดดอกไม้ - อุบาสก-อุบาสิกา, คณะศิษยานุศิษย์

พิมพ์ครั้งที่ ๑
มีนาคม ๒๕๕๒
จำนวน ๒,๐๐๐ เล่ม

พิมพ์ที่ :
ส่งเสริมธรรมการพิมพ์
๑/๑๗๒ ถนนเกษตร-นวมินทร์ แขวงคลองกุ่ม เขตบึงกุ่ม กรุงเทพฯ ๑๐๒๓๐
โทร. ๐-๒๕๑๐-๐๗๒๙, ๐-๒๕๑๐-๐๗๓๙, ๐๘๑-๙๒๙๙๗๖๖

(แบบ ค.)

หมายรับสั่งที่ ๑๒๔๕

สำนักพระราชวัง

๑๕ มกราคม ๒๕๕๒

พระราชทานเพลิงศพ พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์ (เจริญ ปภสฺสโร) อดีตเจ้าอาวาสวัดดอกไม้ ณ เมรุวัดดอกไม้ เขตยานนาวา กรุงเทพมหานคร

<u>วันเสาร์ที่ ๗ มีนาคม ๒๕๕๒</u> เวลา ๑๗.๐๐ น. พระราชทานเพลิง

อัญชิษฐา/พิมพ์/ /ทาน.

วัน	หน้าที่ พนักงานพระราชพิธี
	นำหมายเรียน เจ้าภาพศพ พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์ (เจริญ ปภสฺสโร) เพื่อทราบ เครื่องพระราชทานเพลิง และเจ้าพนักงานผู้เชิญมานี้ เจ้าภาพไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายอย่างใดทั้งสิ้น

ทั้งนี้ให้จัดการตามหน้าที่และกำหนดวันตามรับสั่งอย่าให้ขาดเหลือ ถ้าสงสัยก็ให้ถามผู้รับรับสั่งโดยหน้าที่ราชการ

ผู้รับรับสั่ง

(แบบ ค.)

หมายรับสั่งที่ ๒๓๗๒

สำนักพระราชวัง

๒๖ มกราคม ๒๕๕๒

ทรงพระกรุณาโปรดพระราชทานผ้าไตร ๕ ไตรทอดถวายพระสงฆ์บังสุกุล ในการพระราชทานเพลิงศพ พระครูวิตรพัฒนาภรณ์ (เจริญ ปภสฺสโร) เจ้าอาวาสวัดดอกไม้ ณ เมรุวัดดอกไม้ เขตยานนาวา กรุงเทพมหานคร

<u>วันเสาร์ที่ ๗ มีนาคม ๒๕๕๒</u> เวลา ๑๗.๐๐ น.

คมกฤษ/พิมพ์/ทาน.

วัน	หน้าที่ พนักงานพระราชพิธี
	นำหมายเรียน เจ้าภาพศพ พระครูวิตรพัฒนาภรณ์ (เจริญ ปภสฺสโร) เพื่อทราบ.

ทั้งนี้ให้จัดการตามหน้าที่และกำหนดวันตามรับสั่งอย่าให้ขาดเหลือ ถ้าสงสัยก็ให้ถามผู้รับรับสั่งโดยหน้าที่ราชการ

ผู้รับรับสั่ง

สำนึกในพระมหากรุณาธิคุณ

พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์ (เจริญ ปภสฺสโร) อดีตเจ้าอาวาสวัดดอกไม้ ได้ถึงแก่มรณภาพด้วยโรคชรา ณ โรงพยาบาลวิชัยยุทธ เมื่อวันที่ ๑๕ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๕๑ เวลา ๐๗.๓๔ น.

สมเด็จพระบรมบพิตรพระราชสมภารเจ้า ผู้ทรงคุณอันประเสริฐ ได้ทรงพระกรุณาโปรดพระราชทานน้ำหลวงสรงศพ ทรงพระกรุณาโปรดพระราชทานเพลิงในการออกเมรุ ณ วัดดอกไม้ แขวงบางโพงพาง เขตยานนาวา กรุงเทพมหานคร

นับว่าเป็นพระมหากรุณาธิคุณอย่างล้นพ้นหาที่สุดมิได้ แก่**พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์** คณะสงฆ์ อุบาสก-อุบาสิกา วัดดอกไม้ ตลอดถึงบรรดาศิษยานุศิษย์

หาก **พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์** หยั่งทราบด้วยญาณวิถีทางใดทางหนึ่ง ก็จะพึงมีจิตยินดีเป็นอย่างยิ่ง และสำนึกในพระมหากรุณาธิคุณที่ได้รับพระราชทานเกียรติยศอันสูงในครั้งนี้

คณะสงฆ์ อุบาสก-อุบาสิกา วัดดอกไม้ ตลอดถึงคณะศิษยานุศิษย์ของ **พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์** ขอพระราชทานวโรกาสถวายพระพรด้วยความสำนึกในพระมหากรุณาธิคุณอันล้นพ้นหาที่สุดมิได้นี้ และขอเทิดทูนพระมหากรุณาธิคุณไว้เป็นสรรพมงคลตลอดกาลนาน

ขอถวายพระพร

คณะสงฆ์วัดดอกไม้

คำปรารภ

เมื่อความทราบถึงฝ่าละอองธุลีพระบาทว่า **พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์ (เจริญ ปภสฺสโร)** อดีตเจ้าอาวาสวัดดอกไม้ แขวงบางโพงพาง เขตยานนาวา กรุงเทพมหานคร ได้ถึงแก่มรณภาพ ในวันที่ ๑๕ พฤษภาคม ๒๕๕๑ สมเด็จพระบรมบพิตรพระราชสมภารเจ้า ผู้ทรงพระคุณอันประเสริฐ ได้ทรงพระกรุณาโปรดพระราชทานน้ำหลวงสรงศพ พร้อมด้วยเครื่องเกียรติยศประกอบศพ และกำหนดพระราชทานเพลิงศพ ในวันเสาร์ที่ ๗ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๕๒ ณ เมรุพิเศษ วัดดอกไม้ แขวงบางโพงพาง เขตยานนาวา กรุงเทพมหานคร นับว่าเป็นพระมหากรุณาธิคุณเป็นล้นพ้นหาที่สุดมิได้ แก่ **พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์**

คณะสงฆ์ วัดดอกไม้ อุบาสก อุบาสิกา ศิษยานุศิษย์ ตลอดจนญาติผู้ที่เคารพนับถือและคุ้นเคย จักเทิดทูนพระมหากรุณาธิคุณนี้ไว้เป็นสรรพสิริมงคลตลอดกาล

พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์ เป็นพระมหาเถระที่มีคุณค่าต่องานการพระศาสนาและงานคณะสงฆ์ โดยท่านได้บำเพ็ญกรณียกิจ การพระศาสนา การคณะสงฆ์ และการสังคมสงเคราะห์ ในหน้าที่ที่ทางคณะสงฆ์มอบหมายให้ในการนั้นสำเร็จด้วยดี เพราะ**พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์** ยึดหลักธรรมของพระเถระ คือ สัจจะ จริงใจต่อผู้ร่วมงานด้วยกัน มีเมตตาต่อทุกคน อัธยาศัยอ่อนโยน เยือกเย็น สำรวม มีความเอื้อเฟื้อต่อพระวินัย ไม่ล่วงเกินสิกขาบทแม้แต่เล็กน้อย การทำวัตรเช้า-เย็น และสังฆกรรมอุโบสถปาฏิโมกข์ตลอดทั้งปี ท่านถือว่าเป็นกิจวัตรที่สำคัญ ถ้าไม่มีเหตุจำเป็น จะไม่ยอมขาดเลย มีความรู้ ความฉลาด สามารถแก้ปัญหาต่างๆ ได้เป็นอย่างดี และให้ความสนใจแก่การศึกษา สนับสนุนการศึกษา ทั้งฝ่ายปริยัติธรรมและสามัญศึกษามาโดยตลอดชีวิตของท่าน

การที่**พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์** ถึงแก่มรณภาพนี้เป็นการสูญเสียปูชนียบุคคลของคณะสงฆ์ คณะศิษยานุศิษย์ อุบาสก อุบาสิกา วัดดอกไม้ สาธุชนผู้ที่เคารพนับถือโดยทั่วไป



นับตั้งแต่**พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์**ได้ถึงแก่มรณภาพลง จนถึงงานพระราชทานเพลิงศพ คณะสงฆ์ คณะศิษยานุศิษย์ อุบาสก อุบาสิกา วัดดอกไม้ และสาธุชนผู้ที่เคารพนับถือทั่วไป ได้รับเมตตานุเคราะห์ และเมตตาธรรมจากพระมหาเถระ พระภิกษุสามเณร ศิษยานุศิษย์และสาธุชนโดยทั่วไป

นอกจากนี้ ยังได้รับเกียรติและความร่วมมือ จากพระมหาเถระ พระเถรานุเถระ พระสังฆาธิการ และพระภิกษุ-สามเณร ศิษยานุศิษย์ อุบาสก อุบาสิกา ตลอดผู้ที่เคารพนับถือและคุ้นเคย รับเป็นเจ้าภาพบำเพ็ญกุศลศพ มาร่วมฟังพระสงฆ์สวดพระอภิธรรม และช่วยเหลือในกิจกรรมอื่นๆ จนทำให้งานพระราชทานเพลิงศพ **พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์** สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี สมเกียรติ เหมาะสมทุกประการ

คณะสงฆ์ อุบาสก อุบาสิกา ศิษยานุศิษย์ วัดดอกไม้ ขอประทานความสำนึกในพระมหากรุณาธิคุณ ขอประทานกราบขอบพระคุณ ขอบคุณ และขออนุโมทนาไว้ ณ โอกาสนี้ด้วย

งานพระราชทานเพลิงศพ**พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์** เป็นงานที่มีเกียรติและสำคัญยิ่ง หากการถวายการต้อนรับพระมหาเถระ พระเถรานุเถระ พระสังฆาธิการ พระภิกษุ-สามเณร และการต้อนรับผู้มีเกียรติทุกท่าน ที่สละเวลามาร่วมงานบำเพ็ญกุศลในครั้งนี้ หากขาดตกบกพร่องประการใด โดยมิได้ตั้งใจ หรือรู้เท่าไม่ถึงการณ์ ขอได้โปรดอภัยด้วย

ขอบุญกุศลทักษิณานุปทาน อันเกิดจากงานบำเพ็ญกุศลพระราชทานเพลิงในครั้งนี้ และบุญกุศลทั้งปวงที่ได้ร่วมใจกันบำเพ็ญมาตั้งแต่ต้น จงสำเร็จแก่**พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์** ให้ภิญโญยิ่งขึ้น เพื่อความสำเร็จแห่งมโนปณิธาน ในสุคติสัมปรายภพนั้น เทอญ

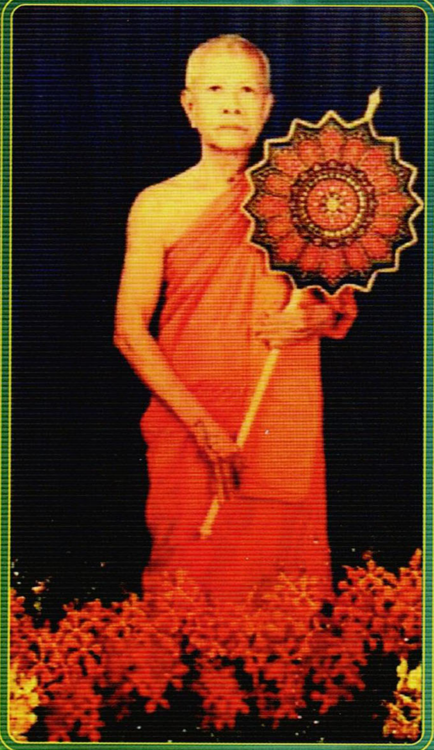
พระครูปภากรวิหารกิจ
รักษาการแทนเจ้าอาวาส วัดดอกไม้
คณะสงฆ์วัดดอกไม้
คณะศิษยานุศิษย์

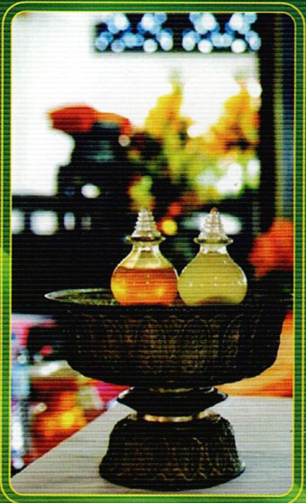


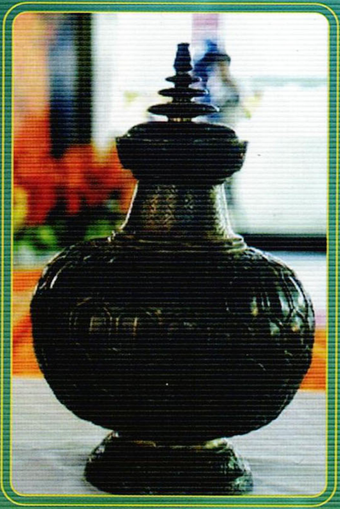
พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์

(เจริญ ปภสฺสโร น.ธ. เอก, ป.ธ. ๔)

อดีตเจ้าอาวาสวัดดอกไม้







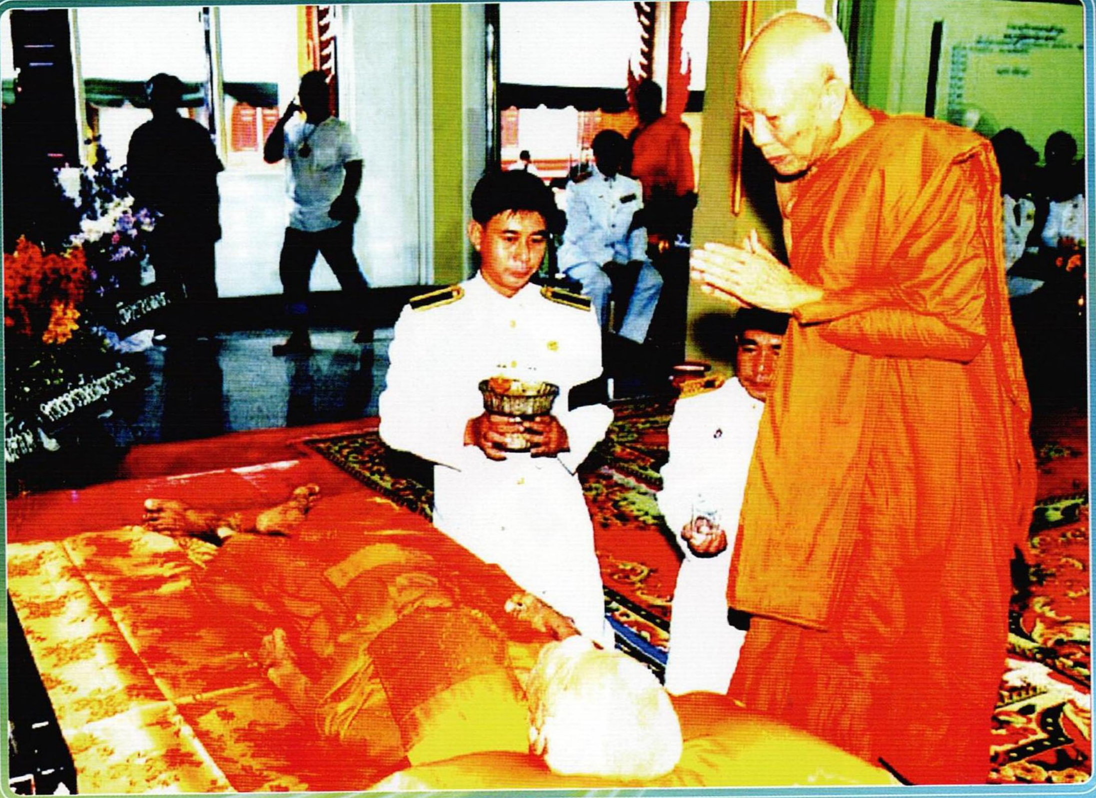


พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์ (เจริญ ปภสฺสโร) อดีตเจ้าอาวาสวัดดอกไม้



วาระสุดท้ายแห่งชีวิต





พระธรรมสุธี (เจ้าคณะกรุงเทพมหานคร, เจ้าอาวาสวัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์)
ประธานพิธีสรงน้ำหลวงสรงศพ
วันที่ ๑๖ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๕๑ เวลา ๑๗.๐๐ น.



เจ้าหน้าที่สำนักพระราชวัง อัญเชิญน้ำหลวงสรงศพพระราชทาน



เจ้าหน้าที่สำนักพระราชวังในพิธี

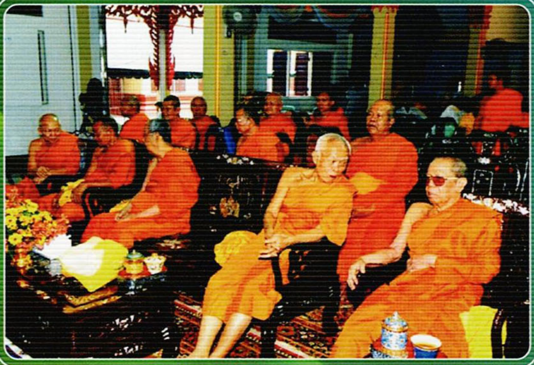


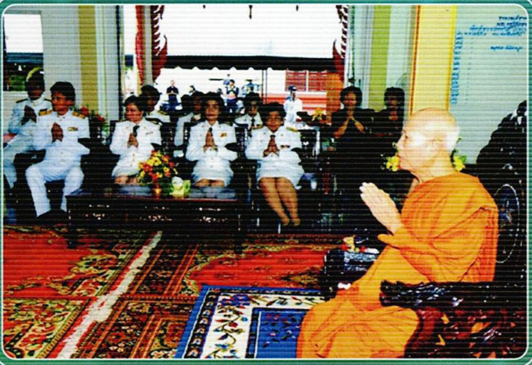


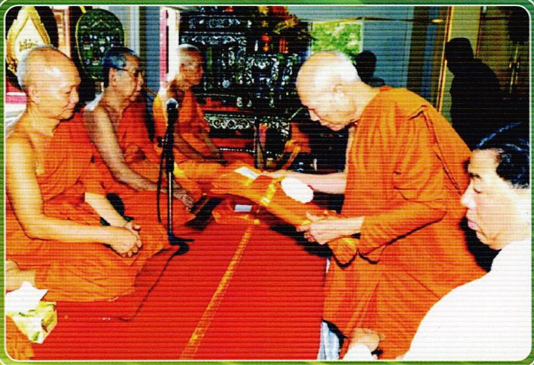
พระธรรมสุธี เจ้าคณะกรุงเทพมหานคร ประธานพิธี
พระสุธีธรรมนาถ เจ้าคณะแขวงยานนาวา เขต ๑
พร้อมคณะสงฆ์ ขณะเข้าร่วมพิธี

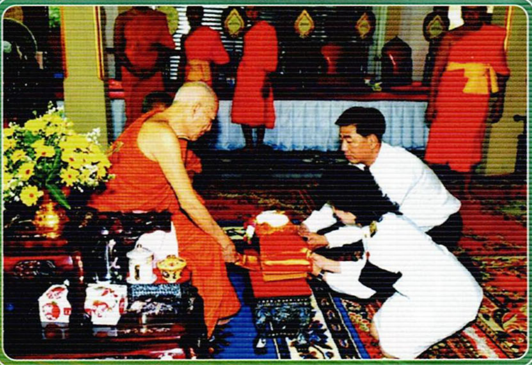


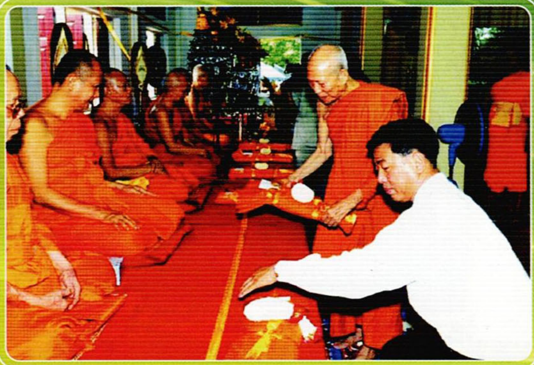








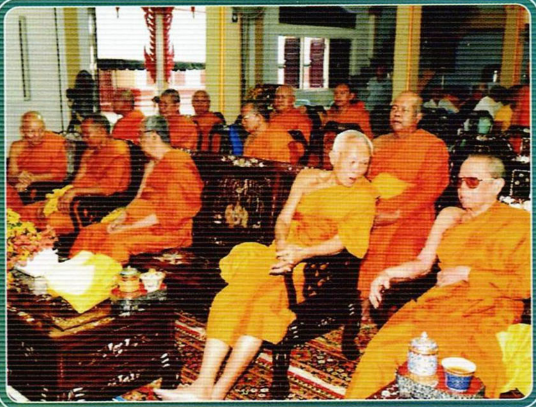


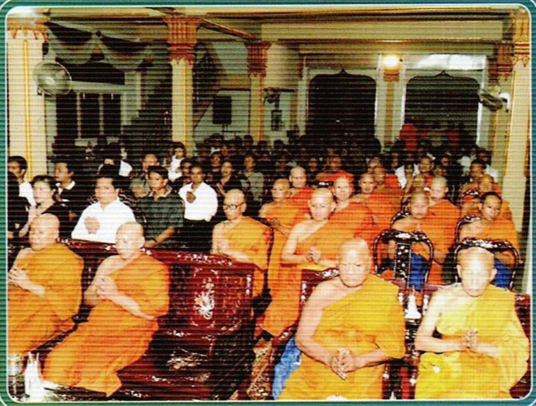


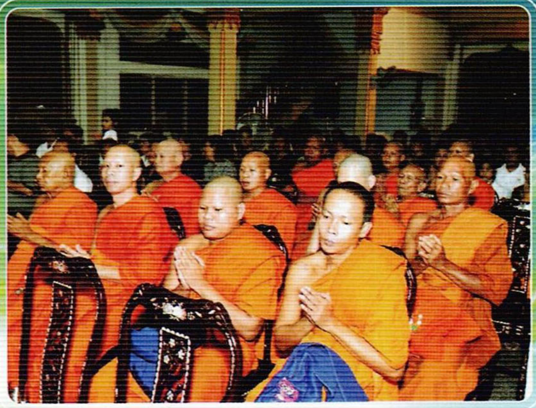


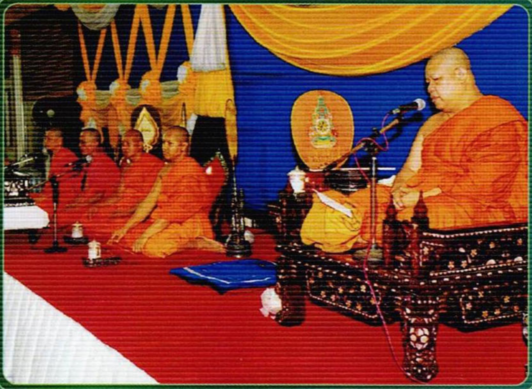
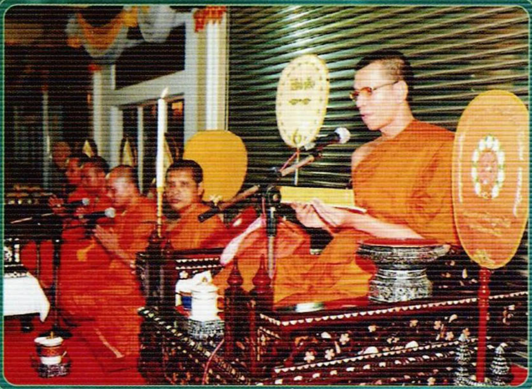
- พระธรรมสุธี เจ้าคณะกรุงเทพมหานคร ประธานพิธีฯ
- พระมหาเถรานุเถระ พระสังฆาธิการ ร่วมบำเพ็ญกุศลสวดพระอภิธรรมศพ พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์ (เจริญ ปภสฺสโร) อดีตเจ้าอาวาสวัดดอกไม้

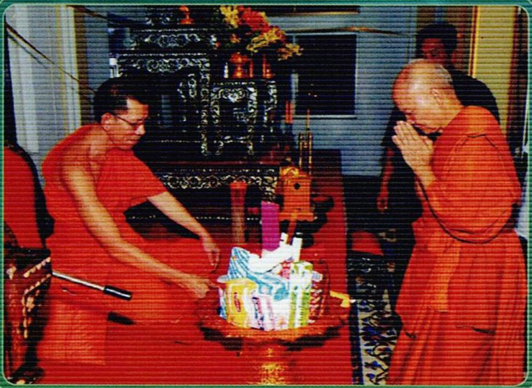


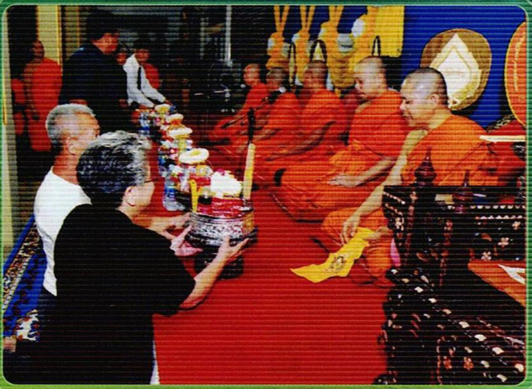






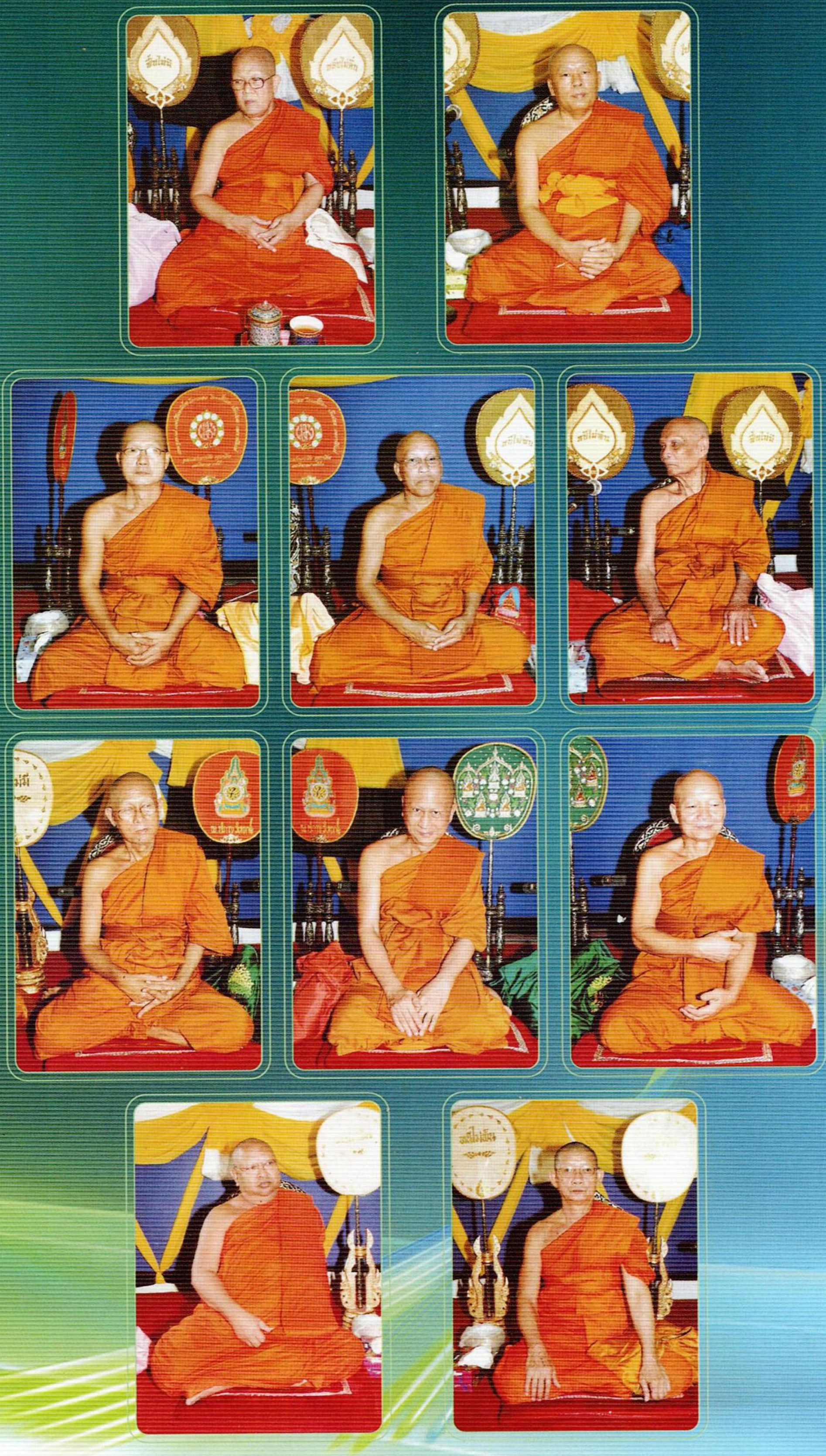










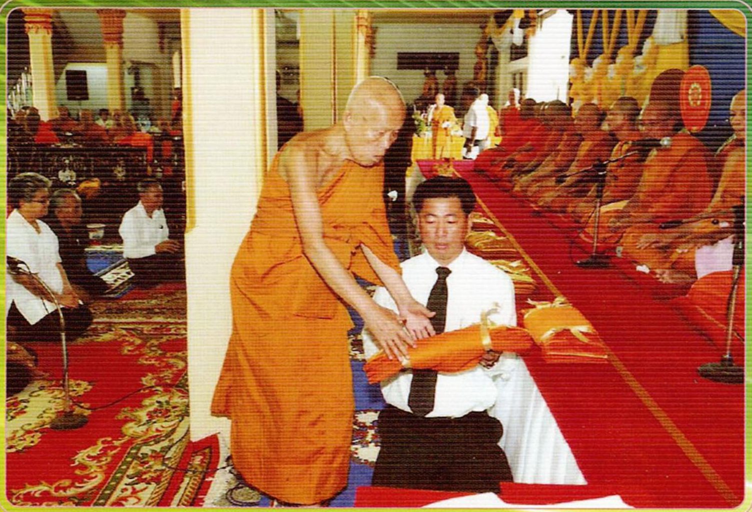
การบำเพ็ญกุศลศพพระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์ (เจริญ ปภสฺสโร)



พระมหาเถระ สวดพระพุทธมนต์-ฉันเพล (สัตตมวาร)

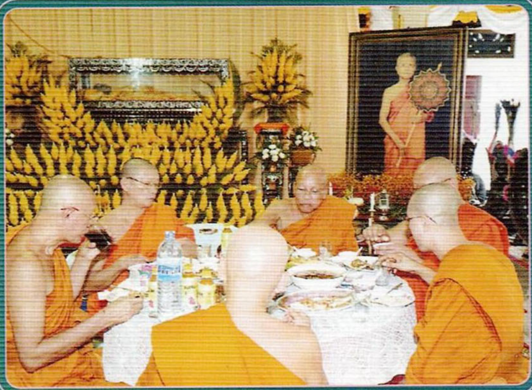
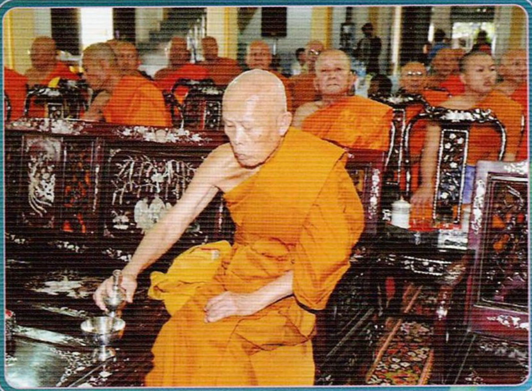
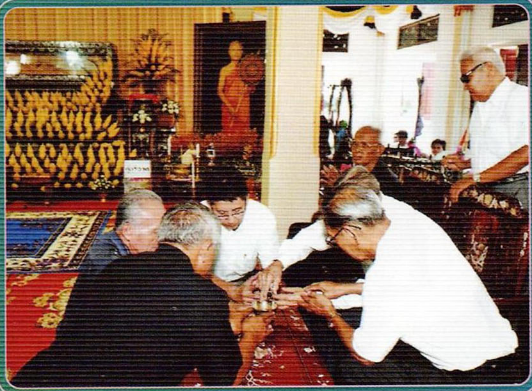






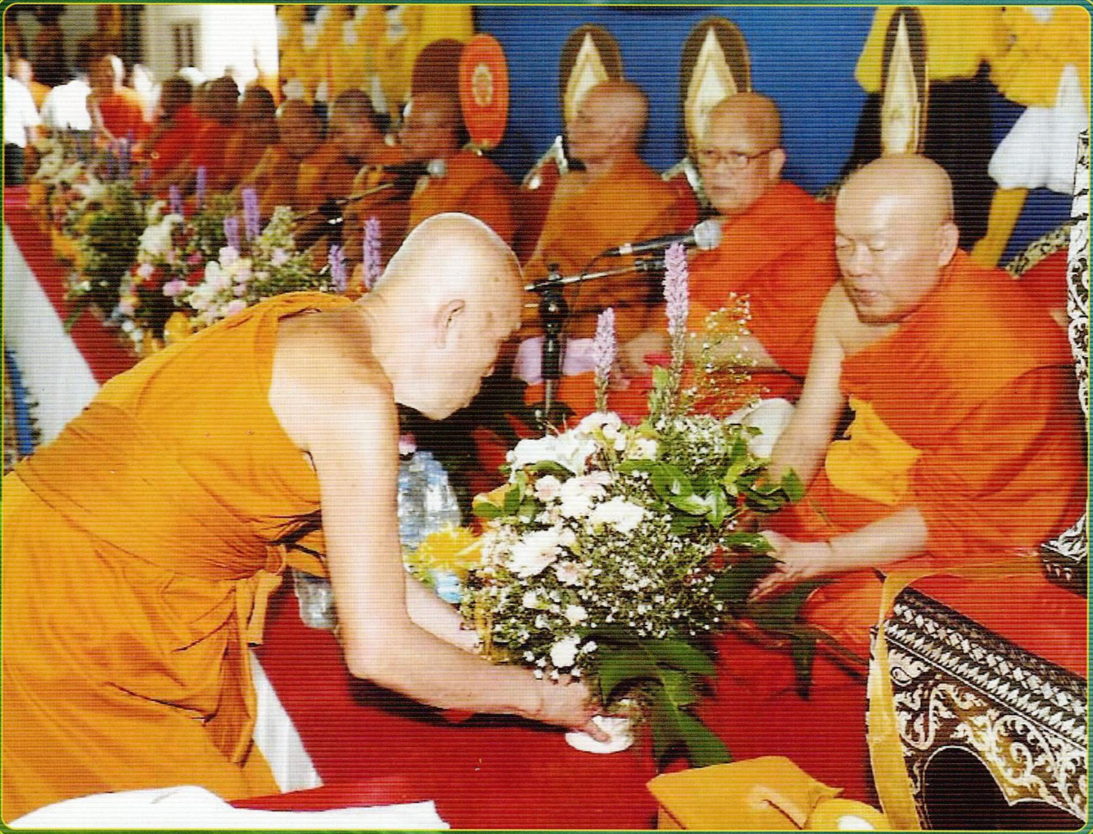
พระปริยัติธีรคุณ เจ้าคณะเขตยานนาวา-สาทร
พระเถรานุเถระ และสาธุชน ขณะร่วมพิธีฯ

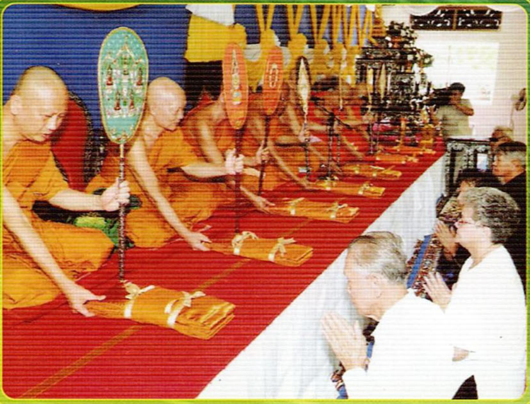





พระสงฆ์พระมหาเถระ ฉันภัตตาหารเพลและทักษิณานุปทาน




















คณะอุบาสก อุบาสิกา ศิษยานุศิษย์ สาธุชน ร่วมบำเพ็ญกุศลศพ
พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์ (เจริญ ปภสฺสโร) อดีตเจ้าอาวาสวัดดอกไม้










มาลาสักการะจากหน่วยงาน, องค์กรและสาธุชนทั่วทุกสารทิศถวายสักการะ
พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์ (เจริญ ปภสฺสโร) อดีตเจ้าอาวาสวัดดอกไม้

ประวัติโดยสังเขป
พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์
(เจริญ ปภสฺสโร น.ธ.เอก, ป.ธ. ๔)
อดีตเจ้าอาวาสวัดดอกไม้
แขวงบางโพงพาง เขตยานนาวา กรุงเทพมหานคร

สถานะเดิม

ชื่อ นายเจริญ นามสกุล **ยิ้มเจริญ** วิทยฐานะ ป. ๔ อาชีพทำนา บิดาชื่อ**นายเนียน ยิ้มเจริญ** มารดาชื่อ**นางพอง ยิ้มเจริญ** เกิดเมื่อวันที่ ๒๓ กันยายน พ.ศ. ๒๔๖๘ วันพฤหัสบดี แรม ๘ ค่ำ ปีฉลู ตำบลสามวาตะวันออก เขตมีนบุรี กรุงเทพมหานคร

มีพี่น้องร่วมบิดามารดาเดียวกัน ๗ คน ดังนี้

๑. **นางแนบ**	**มูลกระแส**	(ถึงแก่กรรม)
๒. **นางบุญเรือน**	**มินา**	(ถึงแก่กรรม)
๓. **นายแสวง**	**ยิ้มเจริญ**	(ถึงแก่กรรม)
๔. **นางสว่าง**	**โกศล**	(ถึงแก่กรรม)
๕. **พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์ (เจริญ ยิ้มเจริญ)**		
๖. **นายพะยอม**	**ยิ้มเจริญ**	
๗. **นายถวิล**	**ยิ้มเจริญ**	



อุปสมบท

อุปสมบทเมื่ออายุ ๒๑ ปี วันที่ ๒๕ เดือนเมษายน พ.ศ.๒๔๘๘ เวลา ๑๔.๕๙ น. วัดสุขใจ ตำบลสามวาตะวันออก เขตมีนบุรี กรุงเทพมหานคร ได้นามว่า**พระเจริญ** ฉายา **ปภสฺสโร** พระอุปัชฌาย์ **พระครูมีนธรรมภาณ** วัดแสนสุข พระกรรมวาจาจารย์ **พระบุญมี มุนีจาโร** วัดแสนสุข พระอนุสาวนาจารย์ **พระอาจารย์กุ๊** วัดสุขใจ สังกัดวัดดอกไม้ ตำบลบางโพงพาง เขตยานนาวา กรุงเทพมหานคร เมื่อวันที่ ๑ มิถุนายน พ.ศ.๒๔๘๘

ด้านการศึกษา

พ.ศ. ๒๔๘๘	สอบได้นักธรรมชั้นตรี
พ.ศ. ๒๔๘๙	สอบได้นักธรรมชั้นโท
พ.ศ. ๒๔๙๐	สอบได้นักธรรมชั้นเอก
พ.ศ. ๒๔๙๑	สอบได้เปรียญธรรม ๔ ประโยค
พ.ศ. ๒๔๙๐	เป็นพระภิกษุผู้ทรงปาฏิโมกข์

ผลงานด้านสาธารณูปการ

พ.ศ. ๒๕๐๐	สร้างหอสวดมนต์ ๑ หลัง
พ.ศ. ๒๕๐๐	สร้างกฏิสงฆ์จำนวน ๙ หลัง
พ.ศ. ๒๕๑๔	สร้างอุโบสถจัตุรมุข ๑ หลัง
พ.ศ. ๒๕....	ทำเขื่อนกันตลิ่งพังริมคลองและรั้วคอนกรีตเสริมเหล็กวัดดอกไม้
พ.ศ. ๒๕....	ก่อสร้างซุ้มประตูและรั้วขอบเขตของวัดด้านถนนประดู่ ๑
พ.ศ. ๒๕๓๐	สร้างมณฑป ๕ ยอด ชั้นเดียว
พ.ศ. ๒๕๔๐	สร้างศาลาเอนกประสงค์
พ.ศ. ๒๕๔๒	เป็นประธานสร้างฌาปนสถาน
พ.ศ. ๒๕๔๓	สร้างศาลาบำเพ็ญกุศล
พ.ศ. ๒๕๔๔	สร้างสถานที่บรรจุอัฐิ
พ.ศ. ๒๕๔๖	สร้างกำแพงวัดด้านถนนพระราม ๓
พ.ศ. ๒๕๔๘	สร้างถนนคอนกรีตเสริมเหล็กภายในวัด
พ.ศ. ๒๕๔๘	สร้างศาลาการเปรียญ
พ.ศ. ๒๕๔๙	สร้างศาลาบำเพ็ญกุศล ๒ หลัง



งานบูรณปฏิสังขรณ์

พ.ศ. ๒๕๔๘ บูรณปฏิสังขรณ์อุโบสถจัตุรมุข วัดดอกไม้

ด้านสาธารณสงเคราะห์

พ.ศ. ๒๕๔๐ สร้างสำนักสงฆ์ที่ บ้านโนนหัวช้าง อำเภอเขาสวนกวาง จังหวัดขอนแก่น

พ.ศ. ๒๕๕๐ สร้างโรงเรียนประถมศึกษา บ้านโนนหัวช้าง อำเภอเขาสวนกวาง จังหวัดขอนแก่น

ผลงานด้านการเรียนการสอน/อบรม

- เป็นอาจารย์สอน น.ธ. ตรี - โท - เอก

หน้าที่ทางคณะสงฆ์

- เป็นผู้รักษาการแทนเจ้าอาวาส
- เป็นเจ้าอาวาสวัดดอกไม้

สมณศักดิ์

พ.ศ. ๒๕๑๑ ได้รับพระราชทานสมณศักดิ์เป็น**พระครูสัญญาบัตรชั้นโท** ในราชทินนามที่ **พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์**

พ.ศ. ๒๕๑๘ ได้รับพระราชทานเลื่อนสมณศักดิ์จากพระครูสัญญาบัตรเจ้าอาวาสวัดราษฎร์ชั้นโท เป็น**เทียบผู้ช่วยเจ้าอาวาสพระอารามหลวง ชั้นโท**

พ.ศ. ๒๕๒๗ ได้รับพระราชทานเลื่อนสมณศักดิ์จากพระครูสัญญาบัตรเจ้าอาวาสวัดราษฎร์ เทียบผู้ช่วยเจ้าอาวาสพระอารามหลวงชั้นโท เป็น**เทียบผู้ช่วยเจ้าอาวาสพระอารามหลวง ชั้นเอก**



วาระสุดท้ายแห่งชีวิต

พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์ ได้มอบกายถวายชีวิตไว้ในพระพุทธศาสนา ตั้งแต่อายุ ๒๑ ปี รวมเป็นเวลาที่ถวายชีวิตไว้ในพระพุทธศาสนาเป็นเวลานานถึง ๖๒ ปี ๘ เดือน ท่านได้สร้างคุณประโยชน์ คุณูปการอเนกอนันต์ไว้ในพระพุทธศาสนา ทั้งศาสนวัตถุ ศาสนสถาน ศาสนธรรม และศาสนบุคคล อันนับเป็นการจรรโลงพระพุทธศาสนาให้เจริญรุ่งเรืองมั่นคงไพบูลย์ตลอดไป **หลวงพ่อพระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์** ได้ถึงแก่มรณภาพด้วยโรคชราโดยอาการสงบ ณ โรงพยาบาลวิชัยยุทธ เมื่อวันที่ ๑๕ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๕๑ เวลา ๐๗.๓๔ น. สิริรวมอายุได้ ๘๒ ปี ๘ เดือน



ลำดับเจ้าอาวาส
วัดดอกไม้
แขวงบางโพงพาง เขตยานนาวา
กรุงเทพมหานคร
ตั้งแต่อดีต - จนถึงปัจจุบัน

๑. **หลวงปู่รุ่ง**
ฉายา **อรุโณ**

๒. **สมภารหนู**

๓. **พระครูจันทร์**
ฉายา **จนฺทโชโต**

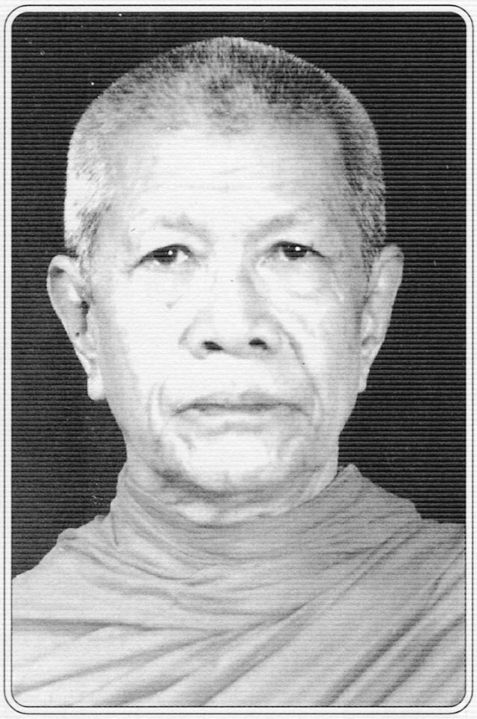
๔. **พระอาจารย์เจือ**
ฉายา **ปุสฺสเทโว (เจือ หนูสกุล)**

๕. **พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์**
(เจริญ ปภสฺสโร ยิ้มเจริญ)

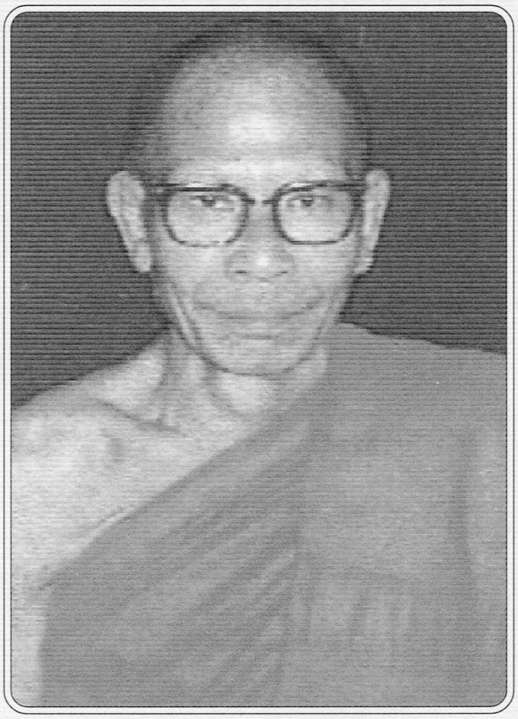
๖. **พระครูปภากรวิหารกิจ**
(อำนวย ปภากโร)
ร.ก. (รักษาการแทนเจ้าอาวาส)



อาจารย์เจือ ปุสฺสเทโว
(เจือ หนูสกุล)



พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์
(เจริญ ปภสฺสโร)



พระครูปภากรวิหารกิจ (อำนวย ปภากโร)



โดยพระบรมราชานุญาต

เนื่องในโอกาสพระราชพิธีเฉลิมพระชนมพรรษา

วันที่ ๕ ธันวาคม พุทธศักราช ๒๕๒๗

มหาเถรสมาคมได้ประชุมพิจารณาคัดเลือกพระครูสัญญาบัตร ที่ดำรงตำแหน่งพระสังฆาธิการผู้บริหารการคณะสงฆ์ สมควรได้รับการเลื่อนชั้นพระสังฆาธิการ เนื่องในโอกาสพระราชพิธีเฉลิมพระชนมพรรษา วันที่ ๕ ธันวาคม พุทธศักราช ๒๕๒๗

มหาเถรสมาคมมีมติให้เลื่อน พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์ (เจริญ ป.ธ.๔)

วัดดอกไม้ เขตยานนาวา

กรุงเทพมหานคร ตำแหน่งเทียบผู้ช่วยเจ้าอาวาสพระอารามหลวง ชั้นโท

เป็น เทียบ ฯ ชั้นเอก

ขอจงเจริญในพระพุทธศาสนาเทอญ

ตั้งแต่วันที่ ๕ ธันวาคม พุทธศักราช ๒๕๒๗

(สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์)

ผู้ปฏิบัติหน้าที่ สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก

ประธานกรรมการมหาเถรสมาคม

ตราตั้งเป็น **เทียบผู้ช่วยเจ้าอาวาสพระอารามหลวง ชั้นเอก**

สภากาชาดไทย

อนุโมทนาบัตร

ที่ 6381

วันที่ ๔ เดือน เมษายน พุทธศักราช ๒๕๓๑

ด้วย พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์ พร้อมด้วยพุทธศาสนิกชน

ได้มีจิตศรัทธาบริจาคเงินจำนวน ๖๐,๐๐๐ บาท ร่วมสร้างตึกผู้ป่วยนอก ณ โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์

ขออานุภาพพระรัตนตรัยกับทั้งเดชแห่งกุศลทาน จงอภิบาลรักษาท่านผู้บริจาค ให้ปราศจากสรรพทุกข์ ภัยพิบัติ โรคาพาธอุปัทวันตราย และจงบันดาลให้เจริญด้วยอายุ วรรณะ สุขะ พละ ปฏิภาณ สมปณิธาน ที่ชอบธรรมทุกเมื่อเทอญ.

สิรินธร

องค์ประธานกรรมการดำเนินการจัดสร้างตึกฯ

ประธานฝ่ายการเงิน   ผู้ออกบัตร





มูลนิธิสายใจไทย

ในพระบรมราชูปถัมภ์

บัตรอนุโมทนา

ด้วย พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์ มีจิตศรัทธา บริจาคเงินจำนวน 35,000.- บาท (-สามหมื่นห้าพันบาทถ้วน-) โดยเสด็จพระราชกุศลสมทบทุนมูลนิธิสายใจไทย คณะกรรมการมูลนิธิฯ ได้รับเงินจำนวนนี้ไว้เพื่อจัดการต่อไปตามความประสงค์แล้ว

ขอกุศลทานนี้ จงบันดาลให้ประสบแต่สรรพสิริสวัสดิ พิพัฒนมงคล เจริญด้วยอายุ วรรณ สุข พล ปฏิภาณ และธนสารสมบัติทุกประการเทอญ ฯ

(คุณหญิงวิระยา ชวกุล)
กรรมการ
มูลนิธิสายใจไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์
วันที่ 4 เดือน เมษายน พ.ศ. ๒๕31

ออกตามใบเสร็จเลขที่ 0232/011592



เลขที่ 10122

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล
มหาวิทยาลัยมหิดล

อนุโมทนาบัตรนี้ให้ไว้เพื่อแสดงว่า
พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์ และพุทธศาสนิกชน
ได้บริจาคเงิน สร้างตึกสยามินทร์ ชั้น ๑๐ ศิริราช
เป็นจำนวนเงิน ๖๐,๐๐๐ บาท - สตางค์ (หกหมื่นบาทถ้วน)

ขออนุโมทนาในส่วนกุศลสาธารณประโยชน์ครั้งนี้ด้วย ขออำนาจแห่งคุณพระศรีรัตนตรัยและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลายในสากลโลก จงช่วยดลบันดาลและคุ้มครองรักษาให้ท่านปราศจากสรรพโรคาพาธ อุปัทวันตราย เจริญด้วยจตุรพิธพรชัย คือ อายุ วรรณะ สุขะ พละ ตลอดกาลนาน เทอญ

ให้ไว้ ณ วันที่ ๔ เดือน เมษายน พุทธศักราช ๒๕๓๑

คณบดีคณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล





เลขที่ ๙๖

อนุโมทนาบัตร

แด่

ชื่อ พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์

ผู้บริจาคทรัพย์ในการ มอบวัสดุก่อสร้างให้โรงเรียนวัดสวัสดิ์วารีสีมาราม สำนักงานเขตดุสิต
เป็นจำนวนเงิน ๒๔,๐๖๓ บาท - สตางค์ (สองหมื่นสี่พันหกสิบสามบาทถ้วน)

ขออำนวยพรให้ท่านประสบแต่ความสุขความเจริญ ปรารถนาสิ่งใดจงสำเร็จในความปรารถนานั้นทุกประการ

วันที่ . เดือน เมษายน พ.ศ. ๒๕๓๑

[illegible]

([illegible])

ผู้อำนวยการสำนักการศึกษา ลงนามแทน

ผู้ว่าราชการกรุงเทพมหานคร





โรงเรียนเศรษฐบุตรบำเพ็ญ

ขอมอบเพื่อเป็นเกียรติ

แด่

[illegible]

ผู้มีอุปการะคุณต่อกิจการของโรงเรียนด้วยดีตลอดมา

ขออำนาจคุณพระศรีรัตนตรัย

จงดลบันดาลให้ท่านเจริญด้วยจตุรพิธพรชัยสมบูรณ์พูนผล

ในสิ่งอันพึงปรารถนาทุกประการ เทอญ

เกียรติบัตรโรงเรียนเศรษฐบุตร



เล่มที่ 2 เลขที่ 3

อนุโมทนาบัตร

แด่

พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์ เจ้าอาวาสวัดดอกไม้

ผู้บริจาคทรัพย์เพื่อการ บริจาควัสดุ/อุปกรณ์และสิ่งของ จำนวน 5 รายการ ให้แก่โรงเรียนวัดดอกไม้ สำนักงานเขตยานนาวา

เป็นจำนวนเงิน 651,000.- บาท - สตางค์
(หกแสนห้าหมื่นหนึ่งพันบาทถ้วน)

เป็นการบำเพ็ญสาธารณะประโยชน์ต่อบ้านเมือง อันสมควรได้รับการยกย่องอย่างยิ่ง

ให้ไว้ ณ วันที่ 30 เดือน กรกฎาคม พ.ศ. 2547

ผู้ว่าราชการกรุงเทพมหานคร

อนุโมทนาบัตร



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
มอบเกียรติบัตรฉบับนี้ แด่
พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์
มีจิตศรัทธาบริจาคปัจจัยเพื่อสมทบทุนสร้างวัดและขยายพื้นที่ มจร. วังน้อย อยุธยา
เป็นจำนวนเงิน ๑,๐๐๐,๐๐๐ บาท (หนึ่งล้านบาทถ้วน)
ขออานาจแห่งคุณพระศรีรัตนตรัย โปรดอำนวยพรให้พระเดชพระคุณสัมฤทธิ์ผลในสิ่งที่ปรารถนา ประสบความเกษมสำราญ
และงอกงามไพบูลย์ในพระสัทธรรมของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตลอดกาลนาน เทอญ
ให้ไว้ ณ วันที่ ๙ มีนาคม ๒๕๔๗
(พระเทพโสภณ)
อธิการบดีมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

บริจาคปัจจัย **ม.มหาจุฬาฯ**



มูลนิธิราชประชานุเคราะห์
เป็นองค์การสาธารณกุศลตามประกาศกระทรวงการคลัง
ฉบับที่ 52 ลงวันที่ 8 ก.ย. 2531 ลำดับที่ 43
เงินโดยเสด็จพระราชกุศลนำไปลดหย่อนภาษีได้

มูลนิธิราชประชานุเคราะห์ ในพระบรมราชูปถัมภ์

เล่มที่ 939
เลขที่ 012

ใบเสร็จรับเงิน

ใบเสร็จฉบับนี้ให้ไว้แก่ ท่านพระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์ พร้อมทั้งศิษยานุศิษย์ [illegible]
ที่อยู่ 583 หมู่ 1 แขวงบางไผ่ [illegible] ถนนพระรามที่ 3 แขวงบาง [illegible]
อำเภอ เขต ยานนาวา จังหวัด กรุงเทพ ฯ 10120
เพื่อเป็นหลักฐานในการที่ได้บริจาคเงินสมทบทุนมูลนิธิ ฯ เป็นการโดยเสด็จตามพระราชกุศล
ช่วยเหลือผู้ประสบสาธารณภัย ภาคใต้
เป็นจำนวน
เงิน 126006.- บาท - สตางค์ (หนึ่งแสนสองหมื่นหกพันหกบาทถ้วน)
ไว้ถูกต้องแล้วแต่วันที่ 21 เดือน มกราคม พ.ศ. 2548

ลงชื่อ ผู้รับเงิน

ใบเสร็จมูลนิธิราชประชานุเคราะห์



ทะเบียนเลขที่ กท ๑๔๙๑ ม.น. ๓

ใบสำคัญแสดงการจดทะเบียนจัดตั้งมูลนิธิ

ใบสำคัญฉบับนี้ออกให้เพื่อแสดงว่า มูลนิธิ วิจิตรพัฒนาภรณ์ ได้จดทะเบียนถูกต้องตามประมวลกฎหมายแพ่งและพาณิชย์แล้ว โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ

๑. ช่วยเหลือด้านการศึกษาแก่เด็กยากจน

๒. เป็นทุนอาหารกลางวันสำหรับนักเรียนที่ขาดแคลน

๓. ให้ความช่วยเหลือผู้ป่วยอนาถา

๔. ดำเนินการ หรือร่วมมือกับองค์การการกุศลอื่น ๆ เพื่อสาธารณประโยชน์

๕. ไม่ดำเนินการเกี่ยวข้องกับการเมืองแต่ประการใด

โดยมีสำนักงานใหญ่ตั้งอยู่ที่ โรงเรียนวัดดอกไม้ ๕๘๓ ถนนพระราม ๓ แขวงบางโพงพาง เขตยานนาวา กรุงเทพมหานคร

ให้ไว้ ณ วันที่ ๑๘ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๔๘

(นายสุรอรรถ ทองนิรมล)
รองปลัดกระทรวง รักษาราชการแทน
ปลัดกระทรวงมหาดไทย
นายทะเบียนมูลนิธิกรุงเทพมหานคร

ข้อปฏิบัติ ให้แสดงใบสำคัญนี้ไว้ในที่เปิดเผย ณ สำนักงานใหญ่ และสำเนาภาพถ่ายใบสำคัญไว้ ณ สำนักงานสาขาของมูลนิธิ (ถ้ามี)

มูลนิธิพระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์

ประวัติ
วัดดอกไม้
แขวงบางโพงพาง เขตยานนาวา กรุงเทพมหานคร

วัดดอกไม้ เดิมตั้งอยู่เลขที่ ๑๐๕๐ ถนนสาธุประดิษฐ์ แขวงบางโพงพาง เขตยานนาวา กรุงเทพมหานคร

สถานะของวัด เป็นวัดราษฎร์ สังกัดมหานิกาย มีที่ดินตั้งวัดเนื้อที่ ๗ ไร่ อาณาเขต ทิศเหนือยาว ๑๖๐ เมตร ทิศใต้ยาว ๑๖๐ เมตร ทิศตะวันออกยาว ๑๕๐ เมตร ทิศตะวันตก ยาว ๑๕๐ เมตร

ประวัติการสร้างวัด พื้นที่ตั้งวัดเป็นที่ราบลุ่ม อาคารและเสนาสนะ มีพระอุโบสถหลังเดิมก่อสร้างในสมัยอยุธยาตอนปลายราวพ.ศ. ๒๓๐๐ ไม่ปรากฏนามผู้สร้าง อุโบสถหลังเดิมสร้างด้วยการก่ออิฐฉาบปูนเรียบ หลังคาชั้นเดียว มุงด้วยกระเบื้องเกล็ดปลาทำด้วยปูนซีเมนต์ หน้าบันก่อสร้างด้วยไม้สักแบบตีชิดกัน โครงสร้างหลังคาเป็นไม้สัก ตั้งแต่ขื่อ ใบดั้ง จันทัน แปลลาน หน้าบันเป็นแบบตีชิดกันไม่มีลวดลาย ช่อฟ้าใบระกา คันทวย หางหงส์ ทำด้วยปูนปั้น มีบานประตูสองด้าน ด้านหน้า และด้านหลัง แบบไม้ช่องละสองบานมือกเลา ไม่มีลวดลาย บานหน้าต่างเป็นไม้สัก ช่องละสองบาน ไม่มีลวดลาย ด้านหน้าอุโบสถจะมีเพิงลาดลงมา ขนาดของอุโบสถ กว้าง ๑๐ เมตร ยาว ๒๑ เมตร สูง ๑๒.๐๐ เมตร มีพระประธานในอุโบสถเป็นพระพุทธรูปสมัยอู่ทอง ปางขัดสมาธิ ไม่มีหลักฐานบ่งบอกว่าได้รับพระราชทานวิสุงคามสีมาเมื่อไร บัดนี้เป็นวิหารโดยปริยาย

สำหรับอุโบสถหลังใหม่ ดำเนินการก่อสร้างโดยพระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์ อดีตเจ้าอาวาส แบบจัตุรมุข กว้าง ๐๘.๐๐ เมตร ยาว ๒๙.๐๐ เมตร หลังคาซ้อนกันสามชั้น เริ่มทำการก่อสร้างตั้งแต่ พ.ศ. ๒๕๑๐ และได้รับพระราชทานวิสุงคามสีมา เมื่อวันที่ ๒๓ มิถุนายน พ.ศ.๒๕๑๔ และได้อัญเชิญพระประธานจากอุโบสถหลังเดิมมาประดิษฐาน ณ อุโบสถจัตุรมุขหลังใหม่จนถึงปัจจุบัน

เดิมกุฏิสงฆ์มี ๙ หลัง และหอสวดมนต์ทรงไทยสมัยอยุธยาเป็นอาคารชั้นเดียวใต้ถุนสูง กว้าง ๔.๕๐ เมตร ยาว ๒๑ เมตร สร้างเสร็จประมาณปี พ.ศ. ๒๕๐๓ ดำเนินก่อสร้างโดยพระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์ อดีตเจ้าอาวาสวัดดอกไม้

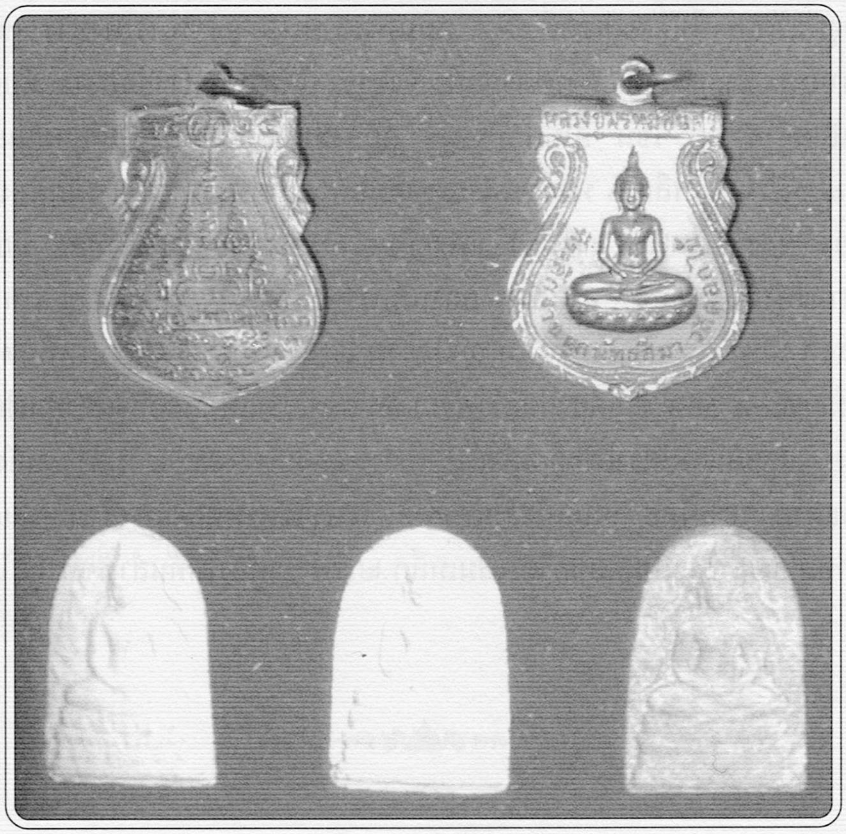


ปัจจุบันวัดดอกไม้ตั้งอยู่เลขที่ ๕๘๕ ถนนพระราม ๓ แขวงบางโพงพาง เขตยานนาวา กรุงเทพมหานคร พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์เป็นเจ้าอาวาสได้ดำเนินการก่อสร้าง นับตั้งแต่ได้รับการแต่งตั้งเป็นเจ้าอาวาส เช่น อุโบสถจัตุรมุข กุฏิสงฆ์เดิมมี ๙ หลัง แต่ถูกถนนพระราม ๓ ตัดผ่านไป ๓ หลัง คงเหลือ ๖ หลัง และหอสวดมนต์ คงเหลืออย่างเดิม มีกุฏิสงฆ์เป็นเรือนแถว ๑๑ ห้อง สองชั้น ศาลาเวณุจันทร์ และกุฏิทรงไทย สองชั้นอีกหนึ่งหลัง มีฌาปนสถาน ๑ หลัง ศาลาบำเพ็ญกุศลศพ ๕ หลัง สถานที่บรรจุอัฐิ ศาลาการเปรียญ ๑ หลัง ศาลาเอนกประสงค์ ๑ หลัง กำแพงด้านถนนพระราม ๓ เป็นคอนกรีตเสริมเหล็กตบแต่งด้วยลายไทย มีมณฑป ๕ ยอด ชั้นเดียวก่อสร้างด้วยคอนกรีตเสริมเหล็กก่ออิฐฉาบปูนเรียบ ตกแต่งด้วยลายไทย และมณฑปทรงสี่เหลี่ยมจัตุรัส กว้าง ๔ เมตร ยาว ๔ เมตร หลังคาซ้อนกันสามชั้น ตกแต่งด้วยลายไทย ก่อนหน้าที่**หลวงพ่อพระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์** จะมรณภาพก็กำลังดำเนินการก่อสร้างโรงครัวเป็นคอนกรีตเสริมเหล็ก ๒ ชั้น แต่ยังไม่ทันสำเร็จท่านก็ได้มรณภาพเสียก่อน

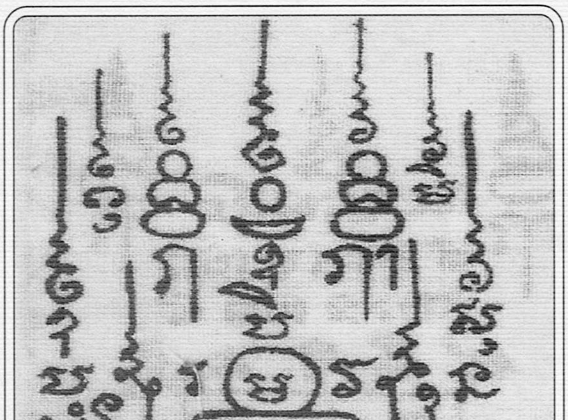
หมายเหตุ :

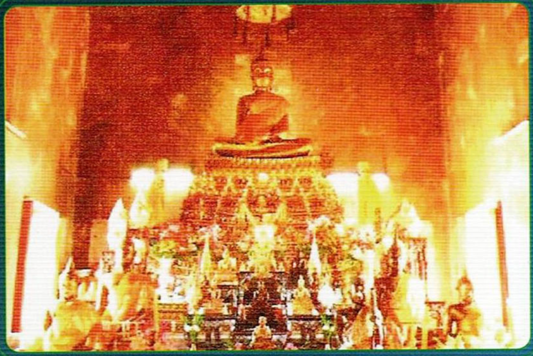
แหล่งข้อมูล หอสมุดแห่งชาติ ห้องประวัติศาสตร์ ชั้น ๓ อาคาร ๑ ชั้น ๓
จากหนังสือประวัติวัดทั่วราชอาณาจักร ปี พ.ศ. ๒๕๖๗






ที่ระลึก
งานผูกพัทธสีมา
วัดดอกไม้
ยันต์หลวงปู่พรหมชินศรี
๒๕๑๕









ประมวลภาพงานสาธารณูปการวัดดอกไม้










ประมวลภาพงานการก่อสร้างโรงเรียนบ้านโนนหัวช้าง



พระสงฆ์เจริญชัยมงคลคาถา



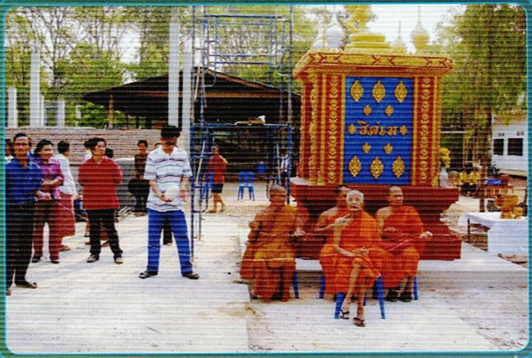
ทำพิธีประดิษฐานพระประธานประจำโรงเรียน



ทำพิธียกเสาธงประจำโรงเรียน



พระประธาน



คณะผู้ร่วมเดินทาง



ไปประกอบพิธี



โรงเรียนบ้านโนนหัวช้าง



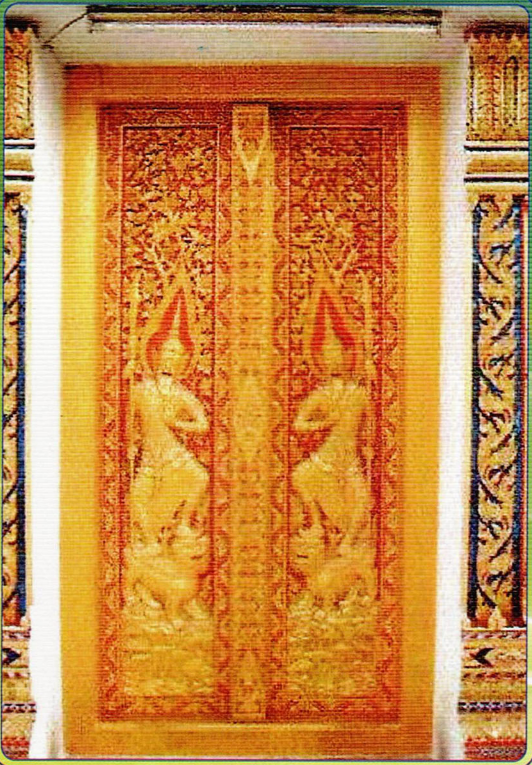
โรงเรียนบ้านโนนหัวช้าง

งานบูรณปฏิสังขรณ์อุโบสถวัดดอกไม้ พ.ศ. ๒๕๔๘



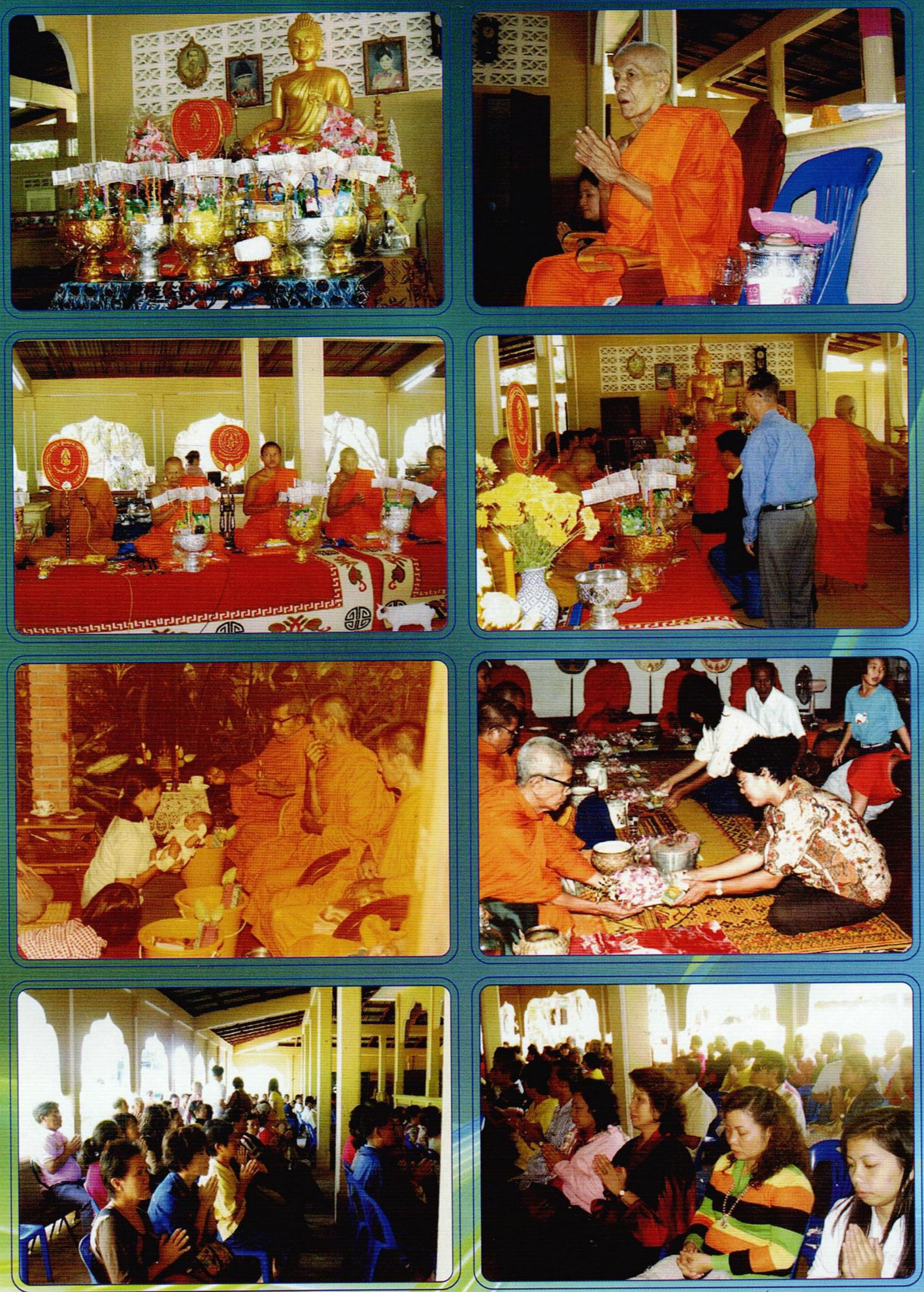








ประมวลภาพงานสาธารณสงเคราะห์



ประมวลภาพการทอดกฐินสามัคคี วันที่ ๓-๔ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๕๐ เพื่อสมทบทุน
ในการสร้างโรงเรียนบ้านโนนหัวช้าง ตำบลโนนสมบูรณ์ อำเภอเขาสวนกวาง จังหวัดขอนแก่น

ประมวลภาพงานการสงเคราะห์โรงเรียนวัดดอกไม้















มรณานุสติ

การถึงแก่มรณภาพของ ท่าน **พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์** (เจริญ ปภสฺสโร) เจ้าอาวาส วัดดอกไม้ เขตสาทร ยานนาวา กรุงเทพมหานคร เมื่อวันที่ ๑๕ พฤษภาคม ๒๕๕๑ ที่ผ่านมา นับว่าเป็นการสูญเสียพระเถระผู้เป็นที่พึ่งในทางจิตใจของศิษยานุศิษย์และผู้ให้ความเคารพนับถือจำนวนมาก โดยเฉพาะคณะสงฆ์และศิษยานุศิษย์ของวัดดอกไม้

ท่าน **พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์** (เจริญ ปภสฺสโร) ได้อุทิศชีวิตแด่พระพุทธศาสนา เพื่อประโยชน์แก่วัดดอกไม้และประชาชน ตลอดชนมายุ ๘๒ ปี ได้ชื่อว่าเป็นพระเถระรัตตัญญู ผู้มีประสบการณ์มากในศาสนกิจ ทั้งในด้านการปกครอง การศึกษา การเผยแผ่ และการปฏิบัติธรรม โดยเฉพาะในด้านการสาธารณูปการ หรือการบุรณพัฒนาอาราม นำความเจริญมาสู่วัดดอกไม้และพระพุทธศาสนา เป็นอันมาก ความทราบถึงพระเนตรพระกรรณ สมเด็จบรมบพิตรพระราชสมภารเจ้า พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว องค์อัครศาสนูปถัมภก ผู้ทรงพระคุณอันประเสริฐ จึงทรงพระกรุณาโปรดพระราชทานสมณศักดิ์ ในราชทินนามที่ **พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์** ซึ่งเหมาะสมกับคุณสมบัติของท่าน นับเป็นเกียรติมงคลแก่ท่าน แก่คณะสงฆ์อุบาสกอุบาสิกาศิษยานุศิษย์วัดดอกไม้ และพระพุทธศาสนา หาที่สุดมิได้

สังขารทั้งหลาย ตกอยู่ภายใต้กฎแห่งไตรลักษณ์ คือ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นของมิใช่ตัวตน เกิดขึ้น ตั้งอยู่ชั่วขณะ แล้วก็แตกดับ ชีวิตสังขารของท่าน **พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์** (เจริญ ปภสฺสโร) ก็เป็นไปเช่นนั้น แต่ชีวิตสังขารของท่าน เป็นชีวิตสังขารที่ประเสริฐและมีคุณค่า เพราะได้บำเพ็ญประโยชน์ตน ประโยชน์คนอื่น ประโยชน์ในโลกนี้และประโยชน์ในโลกหน้า อันเป็นปฏิปทาที่จะเข้าถึงประโยชน์อย่างยิ่ง ชื่อว่าท่านได้ทำชีวิตสังขารที่ไร้แก่นสารของท่านให้เป็นชีวิตสังขารที่ประเสริฐและมีคุณค่า ด้วยการบำเพ็ญประโยชน์ทั้งหลาย ไว้ในพระพุทธศาสนา แม้ท่านจะจากไป จึงเป็นเพียงการจากไปแห่งร่างกาย ส่วนคุณงามความดีของท่านยังประทับอยู่ในจิตใจของผู้อยู่เบื้องหลังนิรันดร์สมัย

ขออำนาจคุณพระศรีรัตนตรัยและอานิสงส์แห่งบุญกุศลทั้งปวงที่ท่าน **พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์** (เจริญ ปภสฺสโร) ได้บำเพ็ญไว้ดีแล้ว ได้อภิบาลและประทานพรให้ดวงวิญญาณของท่าน บรรลุอิฏฐวิบุลมนุญผลและสันติวรบทในสัมปรายภพ สมมโนรถปรารถนาทุกประการเทอญ.

(พระพรหมวชิรญาณ)

กรรมการมหาเถรสมาคม เจ้าอาวาสวัดยานนาวา

แด่พระดีที่จากไป

พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์ (เจริญ ปภสฺสโร) อดีตเจ้าอาวาสวัดดอกไม้ อายุ ๘๒ ปี ๘ เดือน ได้บรรพชาอุปสมบทมาตั้งแต่อายุครบบวช บวชได้ ๕ พรรษา ได้รับแต่งตั้งเป็นเจ้าอาวาสวัดดอกไม้ จากนั้นก็ได้เริ่มพัฒนาวัดให้เจริญรุ่งเรืองตามลำดับ ได้สร้างถาวรวัตถุเพิ่มขึ้นหลายอย่างเช่น

๑. ได้สร้างอุโบสถหลังใหม่ ทรงไทยจัตุรมุขสวยงาม

๒. ได้สร้างกุฏิเป็นที่อยู่อาศัยของพระภิกษุสามเณรเพิ่มเติม

๓. ได้สร้างโรงเรียน เพื่อให้เด็กได้มีที่เรียน

๔. ได้สร้างกำแพงแก้วรอบวัด

๕. ได้สร้างฌาปนสถานประจำวัด

๖. ได้สร้างศาลาบำเพ็ญกุศล เคียงเมรุ

๗. ได้สร้างศาลาการเปรียญหลังใหญ่

๘. ได้สร้างห้องสุขาหลายห้อง หลายแห่ง

๙. ได้ตั้งทุน แจกทุน และเพิ่มทุนแก่นักเรียนทุกปี

ฯลฯ

ปฏิปทาของ พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์ เป็นพระเถระที่เรียบร้อย เป็นนักเสียสละ มีเมตตาทั้งแก่คนและสัตว์ พูดตรงไปตรงมา บริหารวัดให้เป็นไปด้วยความเรียบร้อย

ตลอดชีวิตของท่าน บำเพ็ญทั้งอัตตประโยชน์และปรหิตประโยชน์ ทั้งในวัดที่ท่านปกครองและสถานที่อื่น ๆ อีกหลายแห่ง

ปัจจุบัน แม้ท่านพระครูจะมรณภาพไปแล้ว แต่ผลงานที่ท่านได้สร้างไว้ยังอยู่อำนวยประโยชน์แก่ปัจฉิมชนต่อไป



ผลงานต่าง ๆ ดังที่กล่าวมา ถ้าจะพูดชมหรือเขียนข้อความชื่นชมกันสักเท่าไรก็เป็นการง่าย ซึ่งตรงข้ามกับการลงมือทำจริง ๆ เป็นของยากและต้องใช้เวลา ต้องมีฉันทะพอ พอใจสมัครใจที่จะทำ มีอุตสาหะ พยายามที่จะทำให้สำเร็จ มีใจจดจ่อในสิ่งที่จะทำ และต้องพิจารณาปรับปรุงแก้ไขสิ่งที่ไม่ดี ไม่พอใจให้เป็นไปตามแนวที่ถูกต้อง

ท่านพระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์ ท่านใช้เวลาพัฒนาวัดดอกไม้ เกือบทั้งชีวิตของท่าน บัดนี้ท่านมรณภาพแล้ว สิ่งที่พัฒนาไว้ยังเหลืออยู่คู่วัดคู่ศาสนา อำนวยประโยชน์แก่ผู้ที่เกี่ยวข้องต่อไป พระเถระอย่างนี้เป็นศรีแก่พระพุทธศาสนา ดังคำชมที่ว่า **“บวชเป็นพระทั้งที ต้องมีดีฝากไว้”** สาธุ...สาธุ...เยี่ยมจริง ๆ !

วัวควายคชชีพสิ้น สลายลง
ยังเหลือ เขา งา คง คั่งค้าง
นรชาติชีพปลดปลง เหลือสิ่งใดนา
นอกจากสิ่งก่อสร้าง ยังไว้ให้เห็น

(พระราชวชิราภรณ์)
ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดพระเชตุพนวิมลมังคลาราม
รองเจ้าคณะภาค ๑๕
๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๒

พระเถระที่ปฏิบัติดี ปฏิบัติชอบ

พระเถระที่ปฏิบัติดี ปฏิบัติชอบ จนปรากฏเป็นความรู้สึกในจิตใจของผู้ที่พบเห็นผู้เข้าใกล้ตามนัยแห่งพระสังฆคุณว่า **"น่าไหว้ น่ากราบ น่าบูชา เป็นต้น"** มีให้เห็นปรากฏแก่ผู้แสวงหาความดี พระดีอยู่เสมอ

ท่านพระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์ (เจริญ ปภสฺสโร ป.ธ. ๔) อดีตเจ้าอาวาสวัดดอกไม้ เขตยานนาวา กรุงเทพมหานคร เป็นพระเถระที่ทำให้เกิดความรู้สึกในจิตใจว่า **"ท่านน่าไหว้ ท่านน่ากราบ ท่านน่าบูชา"**

เมื่อใดก็ตามที่พบหลวงพ่อวัดดอกไม้ ภาพที่ปรากฏเป็นภาพเด่นขึ้นมาก็คืออาการอ่อนโยน ยิ้มแย้ม แห่งความเมตตา เมื่อใดก็ตามที่เราทั้งหลายนึกถึงหลวงพ่อวัดดอกไม้ภาพของท่านที่ประทับอยู่ในความทรงจำซึ่งเด่นขึ้นมา ก็คืออากัปกิริยาและการทักทายปราศรัยด้วยอาการแห่งเมตตา

ในคัมภีร์อปทาน มีคาถาสรรเสริญคุณของพุทธสาวกท่านหนึ่งว่า

"ท่านพระภิกษุผู้มีจิตเมตตา กอปรด้วยกรุณา มีใบหน้าแช่มชื่นเบิกบานทุกเวลา มีใจอุเบกขา แกล้วกล้าพากเพียรมาก ฉลาดในอัปปมัญญาธรรม มีความดำริที่ปราศจากนิวรณ์ มีอัธยาศัยใฝ่ประโยชน์แก่สรรพสัตว์ เราได้คุ้นเคยสนิทใจในพระสาวกของพระสุคตนั้นในเวลาไม่นานเลย"

บัดนี้ท่าน**พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์** ได้ล่วงลับจากไปตามคติแห่งธรรมดาของสังขาร แต่พระคุณทั้งความดีความงามและประโยชน์ที่ได้บำเพ็ญไว้ ยังปรากฏอยู่ ดังที่ได้นำความประทับใจมากล่าวไว้เพียงเป็นตัวอย่างในแง่มุมหนึ่ง ขอท่านพระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์ได้ถึงที่สงบสุขสมตามภูมิปฏิบัติของท่าน และมีความเชื่อมั่นว่าการปฏิบัติธรรม การปฏิบัติศาสนกิจของท่านจะต้องไปสู่สุคติโดยแท้จริง.

(พระปริยัติธีรคุณ)
ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดยานนาวา
เจ้าคณะเขตยานนาวา-สาทร

สังเวคกถา

ถึง ท่านพระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์ (เจริญ ปภสฺสโร ป.ธ. ๔)

มีพระพุทธภาษิตบทหนึ่งว่า

โยปิ วสฺสสตํ ชีเว สพฺเพ มจฺจุปรายนา

"แม้มีชีวิตอยู่ร้อยปี ก็ไม่พ้นจากความตายได้
มวลมนุษย์ล้วนแต่มีความตายรออยู่ข้างหน้า"

ท่านพระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์ (เจริญ ปภสฺสโร ป.ธ. ๔) อดีตเจ้าอาวาสวัดดอกไม้ แขวงบางโพงพาง เขตยานนาวา กรุงเทพมหานคร เป็นพระเถระอีกรูปหนึ่งที่พระภิกษุสามเณร และอุบาสก อุบาสิกา ให้ความเคารพนับถืออย่างกว้างขวาง นับตั้งแต่ครองสมณเพศจนถึงมรณภาพ ท่านพระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์ ได้สร้างผลงานด้านต่าง ๆ ให้แก่พระพุทธศาสนามาโดยตลอด ซึ่งผลงานได้ปรากฏเป็นผลดีแก่ชาติและพระพุทธศาสนา ทั้งในด้านการศึกษา การปกครอง การเผยแผ่ และการสาธารณูปการ ซึ่งนับได้ว่า เป็นพระเถระที่น่ากราบไหว้อย่างแท้จริง

การจากไปของท่านพระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์ จึงนับว่าคณะสงฆ์ได้สูญเสียพระเถระที่เป็นกำลังพระศาสนาไปอีกรูปหนึ่งและยังความอาลัยให้แก่ศิษยานุศิษย์ และผู้ที่เกี่ยวข้องทั่วกัน

ด้วยอำนาจแห่งคุณงามความดีที่ท่านพระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์ได้ประพฤติปฏิบัติเป็นประโยชน์แก่พระพุทธศาสนา และส่วนรวมเป็นอเนกประการดังกล่าวแล้วนั้น จงเป็นผลอำนวยให้จิตวิญญาณของท่านพระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์ (เจริญ ปภสฺสโร ป.ธ. ๔) ประสบสุขเกษมในสัมปรายภพนั้นเทอญ.

(พระสุธีธรรมนาถ)
ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดยานนาวา
เจ้าคณะแขวงยานนาวา เขต ๑

อนุสรณ์รำลึก

หลวงพ่อ **พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์** (เจริญ ปภสฺสโร ป.ธ. ๔) อดีตเจ้าอาวาสวัดดอกไม้ เป็นพระเถระที่ควรแก่การเคารพ มีความเคร่งครัดในหลักพระธรรมวินัย เมื่อท่านดำรงตำแหน่งเจ้าอาวาสวัดดอกไม้ ก็ได้ปกครองดูแลพระภิกษุสามเณรด้วยความเมตตากรุณาเป็นที่ตั้ง เป็นที่เคารพรักใคร่ และยำเกรงของเหล่าพระภิกษุสามเณรภายในวัด เป็นที่พึ่งทางใจของบรรดาพุทธศาสนิกชนที่มาบำเพ็ญกุศลที่วัดดอกไม้ ในด้านการพัฒนาวัดวาอารามนั้น ท่านก็พัฒนาวัดดอกไม้มาอย่างเต็มกำลังความสามารถ

หลวงพ่อเป็นพระเถระที่เข้มแข็ง อดทน ต่อสู้และมากด้วยเมตตา คอยอบรมสั่งสอนศิษยานุศิษย์เสมอมามิได้ว่างเว้น ด้วยหวังว่าผู้มาอยู่ใกล้ มาพบพระ สนทนากับพระ ควรได้หลักธรรมะนำไปปฏิบัติ เพื่อให้เกิดความสมบูรณ์ในชีวิตเท่าที่จะทำได้

หลวงพ่อไม่ได้สอนลูกศิษย์แต่ปากเท่านั้น แต่ท่านทำตัวให้เป็นตัวอย่าง และท่านก็ใช้ชีวิตของท่านอย่างมีความสุขสงบเรียบง่ายให้เห็นประจักษ์โดยทั่วกัน ท่านจึงเป็นที่เคารพศรัทธาของบรรดาศิษย์และพุทธศาสนิกชนทั้งหลายเป็นอันมาก

ขอบุญกุศลที่หลวงพ่อ**พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์** (เจริญ ปภสฺสโร ป.ธ. ๔) อดีตเจ้าอาวาสวัดดอกไม้ได้บำเพ็ญมา จงเป็นพลวปัจจัยส่งผลดลบันดาลให้หลวงพ่อฯ จงสมปรารถนากล่าวคือบรรลุธรรมตามที่ตั้งไว้ดังมโนปณิธานทุกประการเทอญ.

พระศรีศาสนวงศ์

(พระศรีศาสนวงศ์)

วัดอรุณราชวราราม กรุงเทพมหานคร

อนุสรณ์รำลึก

พระพุทธศาสนา วางแนวทางแห่งการดำเนินชีวิต เพื่อความสุขในระดับโลกิยสุขและเพื่อความพ้นจากความทุกข์ อันผู้มีปัญญาจะพึงนำสาระแนวทางไปปฏิบัติและก็จะได้รับผลตามสมควรแก่การปฏิบัตินั้น ผู้ใดทำได้ ผู้นั้นจัดว่าเป็นบุคคลผู้มีคุณค่า เป็นคนดี เป็นศรีแก่สถานภาพที่ตนดำรงอยู่ตามสมควร

หลวงพ่อ **พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์** (เจริญ ปภสฺสโร ป.ธ. ๔) อดีตเจ้าอาวาสวัดดอกไม้ แขวงบางโพงพาง เขตยานนาวา กรุงเทพมหานคร เป็นพระเถระรูปหนึ่งในสังฆมณฑลที่ได้บำเพ็ญประโยชน์ตามแนวทางแห่งหลักพระพุทธศาสนา ๒ ประการ กล่าวคือ อัตตสมบัติ ๑ ปรหิตปฏิบัติ ๑ อันจัดเป็นแนวทางการดำเนินชีวิต อันเป็นสาระ ในส่วนแห่งอัตตสมบัติ นับจากที่ท่านบรรพชาอุปสมบทมา ก็ได้ตั้งใจศึกษาเล่าเรียนพากเพียรปฏิบัติเป็นพระเถระที่เคร่งครัดในหลักการมาโดยตลอด ในส่วนแห่งปรหิตปฏิบัตินั้น ท่านรับภารธุระพระพุทธศาสนา เป็นเจ้าอาวาสปกครองดูแลและพัฒนาวัดวาอารามเป็นอย่างดี บริหารกิจการงานด้วยความเรียบร้อยดีงาม ตั้งมั่นอยู่ในเมตตาธรรม และความถูกต้องเสมอมา มีจิตใจเอื้อเฟื้อช่วยเหลือกิจการงานสังคมเป็นนิจ จัดเป็นพระนักเสียสละรูปหนึ่ง จนเป็นที่เคารพนับถืออย่างแพร่หลายทั้งเหล่าบรรพชิตและคฤหัสถ์

ในการที่ท่านถึงแก่มรณภาพลงนั้น ถือว่าคณะสงฆ์วัดดอกไม้สูญเสียผู้นำที่ดีและสูญเสียครูบาอาจารย์ผู้เป็นที่รักและเคารพไป ในขณะที่คณะสงฆ์ก็เสียพระที่ดีไปอีกรูปหนึ่งเช่นเดียวกัน และก็เป็นสิ่งซึ่งต้องเป็นอย่างนี้ตามหลักแห่งสัจธรรม แต่เมื่อมองในอีกมุมหนึ่ง มีเหตุผลควรกล่าวได้ว่าท่านยังคงอยู่กับศิษยานุศิษย์มิได้จากไป เพราะความปรากฏแห่งความดีของท่านยังปรากฏอยู่ ดังที่ท่านผู้รู้ประพันธ์ไว้ว่า

วัวควายตายเหลือไว้แต่เขาหนัง ช้างตายยังเหลืองาเป็นศักดิ์ศรี
คนเราตายเหลือไว้แต่ชั่วดี เป็นสิ่งที่ประดับไว้ในโลกาฯ

จึงสามารถกล่าวได้ว่า **พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์** (เจริญ ปภสฺสโร ป.ธ. ๔) อดีตเจ้าอาวาสวัดดอกไม้นั้นเป็นพระดีศรีพระศาสนา ควรแก่การเคารพสักการะ โดยแท้

พระพิพิธพัฒนาทร

(พระพิพิธพัฒนาทร)
เจ้าอาวาสวัดปริวาศ กรุงเทพมหานคร

ศรีสงฆ์ดำรงศาสน์

หลวงพ่อพระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์ (เจริญ ปภสฺสโร) อดีตเจ้าอาวาสวัดดอกไม้ แขวงบางโพงพาง เขตยานนาวา กรุงเทพมหานคร เป็นพระเถระรูปหนึ่ง ที่เป็นกำลังของสังคม ประเทศชาติ ศาสนา และสถาบันพระมหากษัตริย์ เพราะท่านได้อุทิศทั้งชีวิต ครองเพศบรรพชิตตั้งแต่อายุครบบวช จนมรณภาพในเพศของผู้ทรงศีล ทรงธรรม นับเป็นเวลาอันยาวนานถึง ๖๒ พรรษา อายุ ๘๒ ปี ๘ เดือน

เพราะเหตุใดจึงเป็นไปได้ ก็เพราะว่าหลวงพ่อพระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์ ท่านได้ยึดหลักคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ในโอวาทปาฏิโมกข์ ดังนี้

๑. ท่านถือความอดทน อดกลั้น เป็นอาปนธรรม
๒. ปฏิบัติเพื่อมรรค ผล นิพพาน ที่พระพุทธองค์ทรงประกาศไว้ว่าเป็นยอดของธรรม
๓. อาศัยในเพศบรรพชิตในการที่จะไม่ทำให้ใครเดือดร้อน
๔. ดำรงตนอยู่ในความสงบระงับเป็นสรณะ
๕. ตั้งสติไว้ว่าจะไม่ทำชั่วทุกอย่าง
๖. ให้โอกาสแก่ตนเองในการทำความดีทุกเมื่อ
๗. มีการประคับประคองจิตให้ปลอดจากกิเลสเครื่องเศร้าหมอง
๘. ไม่กล่าวว่าร้ายใคร
๙. ไม่ทำร้ายใคร
๑๐. มีความสำรวม กาย วาจา ในพระปาฏิโมกข์
๑๑. รู้จักประมาณในการบริโภคปัจจัยสี่
๑๒. หลีกเร้นอยู่ในสถานที่สงบสงัด
๑๓. ประกอบการบำเพ็ญจิตให้เป็นอธิจิต

ตลอดการครองเพศของความเป็นสมณะของหลวงพ่อฯ กล่าวได้ว่า ท่านเป็นผู้บำเพ็ญประโยชน์ตนและประโยชน์ส่วนรวม และเพื่อให้ได้ผลอันสูงสุดในพระพุทธศาสนา คือ มรรค ผล นิพพาน



รูปร่างกายของสัตว์ ผู้มีสภาพอันจะพึงตายเป็นสภาพ ย่อมสูญสลายไปได้ แต่ชื่อเสียงเกียรติคุณความดี ที่หลวงพ่อพระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์ ได้บำเพ็ญไว้ หาสูญสลายไปไม่

*ขออำนาจพระบารมีพระศรีรัตนตรัย และผลของทาน ศีล สมาธิ ปัญญา จงเป็นแสงสว่าง นำทางดวงวิญญาณ ของ**หลวงพ่อพระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์ (เจริญ ปภสฺสโร)** จงดำรงอยู่ในสถานที่สงบสุข ตลอดนิรันดร์กาล เทอญ*

(พระครูโอภาสกิตติวัฒน์)
เจ้าคณะเขตบางคอแหลม
เจ้าอาวาสวัดเรืองยศสุทธาราม

หลวงพ่อวัดดอกไม้

วัดดอกไม้ เป็นวัดเก่าย่านพระราม ๓ เขตยานนาวา สมัยเด็กเคยมาทำบุญบ้าง เที่ยวบ้าง ในเวลามีงาน จำได้ว่างานผูกพัทธสีมาฝังลูกนิมิต เป็นงานใหญ่มาก มีเครื่องบินมาลงที่สนามโรงเรียน โดยลูกศิษย์ของหลวงพ่อจัดมา มีพระเอกขวัญใจประชาชน คือ สมบัติ เมทะนี พิศมัย วิไลศักดิ์ นางเอกชื่อดัง ตื่นเต้นมาก เพราะปี ๒๕๑๕ วัดดอกไม้เป็นวัดอยู่ห่างไกลต่อส่วนกลางพอสมควร หลังจากบวชเป็นพระแล้ว ได้แวะมาคุยกับหลวงพ่อบ้างเป็นครั้งคราว เคยมารับใช้อย่างใกล้ชิดตอนทำบุญอายุ ท่านเรียกว่า ทำบุญ ไอ เอ็ม เอฟ. ท่านให้เหตุผลว่า ต้องการทำบุญใช้หนี้ เพราะได้ไปสวด ไปฉัน ตามวัดต่างๆ แต่ตัวเองยังไม่เคยทำบุญใหญ่เลย ท่านกำหนดให้นิมนต์พระที่คุ้นเคย โดยรับฎีกาจากท่านแล้วไปนิมนต์ให้ จัดพิธีให้ ท่านพอใจมาก

ต่อมาท่านได้ปรารภอยากจะทำบุญพิเศษ คือ การบังสุกุลเป็น บังสุกุลตาย โดยจำลองพิธีเผาศพของท่านเอง และได้กำหนดรายนามพระมหาเถระที่ท่านนับถือมาทำพิธี ความใจใหญ่ ความมุ่งมั่น ท่านเอ่ยปากเมื่อปี พ.ศ. ๒๕๔๙ ได้ปรารภหลายครั้งว่า อยากจะถวายทองแท่ง โต๊ะหมู่พร้อมเครื่องไทยทาน เป็นการปรารภอย่างหนักแน่นตลอดเวลาว่า ต้องการทำบุญอย่างนี้ เป็นที่น่าเสียดาย ท่านมาด่วนละสังขารไปก่อนที่จะทำความปรารถนาของท่านให้สำเร็จ ตอนเปิดห้องความอัศจรรย์ในเรื่องของใจที่ตั้งมั่น ได้เจอทองแท่ง พร้อมบัญชีเงินฝากของวัด และบัญชีสำหรับใช้ดอกผลซื้อข้าวสารให้เด็กนักเรียน โดยเฉพาะบัญชีเงินฝากของวัดเป็นจำนวนมากจากการทำผาติกรรมที่ดิน ซึ่งคงจะเป็นกองทุนของวัดสืบไป กองทุนของวัดนั้นควรจะใช้แค่ดอกผลโดยรักษาต้นไว้ เพื่อบูรณะซ่อมแซมสิ่งที่หลวงพ่อสร้างไว้ ให้คงอยู่คู่วัดดอกไม้สืบไป

หลวงพ่อวัดดอกไม้ เป็นชื่อที่ทุกคนเรียกขานท่าน ไม่ว่าใครจะรู้จักในชื่อนี้ **พระมหาเจริญ** แต่อดีต จนเจริญในลาภ ในยศ เป็นถึง*พระครูสัญญาบัตรเทียบผู้ช่วยเจ้าอาวาสพระอารามหลวงชั้นเอก* ในนาม **พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์** แต่คนก็ยังนิยมเรียกท่านว่า **หลวงพ่อวัดดอกไม้** อยู่นั่นเอง คุณความดี การปฏิบัติตัวของท่านในฐานะเจ้าอาวาส ก็ทำมาโดยสมบูรณ์ แต่สิ่งที่สามารถเป็นตัวแทนของท่านให้คนทั่วไปรู้จักและสำนึก คือ ความตั้งใจที่จะทำอะไรแล้วต้องทำให้ได้ และ

ก็ทำสำเร็จด้วย นามของหลวงพ่อวัดดอกไม้คงยากที่ใครจะมาแทนได้ นอกจากว่าเดินตามปฏิปทาของท่านเท่านั้น

ด้วยความดีงาม ธรรมปฏิปทา สัมมาปฏิบัติทั้งปวง จงเจริญสมนาม **หลวงพ่อวัดดอกไม้** เทอญ

(พระครูสถิตบุญวัฒน์)
เจ้าอาวาสวัดด่าน
เจ้าคณะแขวงยานนาวา เขต ๒
ประธานสภาวัฒนธรรมเขตยานนาวา

พุทธัสสาหัง นิยยาเทมิ สะรีรัญชีวิตัญจิทัง

ท่านหลวงพ่อ**พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์** เป็นพระสงฆ์รูปหนึ่งที่มีสัจจะสัญญายึดมั่นในพระพุทธศาสนาอย่างแท้จริง นับตั้งแต่ที่ท่านได้บรรพชาอุปสมบท ท่านก็ได้ปฏิญญามอบกายถวายชีวิตต่อพระพุทธศาสนาในเวลาทำวัตรนมัสการพระรัตนตรัยทุกเช้า-เย็น ท่านเป็นผู้ที่ถือกำเนิดในปฏิรูปประเทศ คือ กรุงเทพมหานคร ซึ่งมีสภาพแวดล้อมเต็มไปด้วยความสะดวกสบายในชีวิตของคฤหัสถ์ แต่ท่านเห็นความสำคัญของชีวิต ท่านจึงได้ตัดสินใจเข้ามาสู่ร่มเงาแห่งผ้ากาสาวพัสตร์ในบวรพระพุทธศาสนา มีวิริยะอุตสาหะศึกษาคำสั่งสอนจนสำเร็จนักธรรมชั้นเอก และเปรียญธรรม ๔ ประโยค ซึ่งเป็นแบบอย่างที่ดีของผู้สนใจใฝ่การศึกษาในทางพระพุทธศาสนา

ในสมัยที่ท่านมาจำพรรษาอยู่ที่วัดดอกไม้ แขวงยานนาวา กรุงเทพมหานคร นั้น ท่านยังเป็นพระภิกษุหนุ่ม เมื่ออดีตเจ้าอาวาสรูปก่อนมรณภาพลง ท่านต้องช่วยรับภาระในการดูแลพัฒนากิจการของวัดและคณะสงฆ์ ซึ่งในสมัยนั้นวัดดอกไม้ มีบริเวณรกร้างกว้างขวางเก่าแก่ และยังไม่ได้รับการพัฒนาปรับปรุงเท่าที่ควร ดังนั้น ภาระในการพัฒนาวัดจึงกลายเป็นภาระที่ตกอยู่ภายใต้ความสามารถของท่าน โดยท่านได้ริเริ่มพัฒนาทั้งพื้นที่วัด เสนาสนะ และการศึกษาของพระภิกษุสามเณร

ด้วยเพราะความมานะ อดทนขยันขันแข็ง และความตั้งใจมั่นหมายจึงทำให้วัดดอกไม้มีความเจริญงดงามทั้งอุโบสถ ศาลาการเปรียญ กุฏิสงฆ์ ตลอดถึงการศึกษาของพระภิกษุสามเณร ดังประจักษ์สายตาในกาลบัดนี้ และเพราะความที่ท่านถึงพร้อมด้วยศีลาจารวัตร มีความจริงใจและความเสียสละในการอนุเคราะห์สงเคราะห์การศึกษาแก่อนุชนทั้งที่โรงเรียนวัดดอกไม้และแก่ประชาชนทั่วไป ท่านจึงมีศิษยานุศิษย์เป็นที่เคารพนับถืออย่างมากมาย

การถึงมรณภาพของหลวงพ่อ แม้จะทราบดีว่าเป็นเรื่องธรรมดาของชีวิตสัตว์โลก แต่ก็นำมายังความโศก เสียใจแก่บรรดาศิษยานุศิษย์ที่ต้องสูญเสียปูชนียบุคคลที่เคารพรักยิ่งครั้งหนึ่ง

ขออานิสงส์แห่งบุญกุศลที่หลวงพ่อพระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์ รวมถึงกุศลกรรมที่คณะศิษยานุศิษย์ ญาติมิตรทั้งฝ่ายบรรพชิต และคฤหัสถ์ได้บำเพ็ญไว้แล้ว จงเป็นพลวะปัจจัยส่งเสริมให้ดวงวิญญาณอันบริสุทธิ์ของหลวงพ่อไปสู่สุคติในสัมปรายภพด้วยเทอญ

(พระครูสุทธิวราภิวัฒน์)
เจ้าอาวาสวัดสุทธิวราราม

พระดีที่น่าเคารพ

พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์ เป็นพระสงฆ์ที่พุทธศาสนิกชนให้ความเคารพบูชายิ่ง เพราะเป็นพระภิกษุที่มีศีลาจารวัตรงดงามน่าเลื่อมใส เป็นหลักในสังฆมณฑล รับภาระธุระพระพุทธศาสนา สั่งสอนประชาชน อนุเคราะห์พระภิกษุสามเณรด้วยความเมตตากรุณาตลอดมา

ด้านการปกครอง ท่านใช้หลักคุณธรรมทำหน้าที่ มีความสุจริต จิตเมตตา มีปัญญา มีขันติธรรม สุขุมรอบคอบ

ด้านการศึกษา สนับสนุนด้านการศึกษาพระปริยัติธรรม ทั้งแผนกธรรมและบาลี ได้ให้การอนุเคราะห์เรื่องทุนการศึกษา ทั้งพระภิกษุสามเณรและบุตรหลานของประชาชนโดยทั่วไปอย่างสม่ำเสมอ

ด้านสาธารณูปการ ได้ทำการก่อสร้างถาวรวัตถุและบูรณปฏิสังขรณ์ถาวรวัตถุภายในวัด ให้มีความมั่นคงและถาวรงดงามน่าทัศนา

ชีวิตในสมณเพศของท่าน นับได้ว่าเป็น**อโมฆชีวิต** คือ ชีวิตที่ไม่เคยว่างเปล่าจากประโยชน์ เป็น**สุขชีวิต** ชีวิตที่ดีงาม เป็น**เสฏฐชีวิต** ชีวิตที่ประเสริฐบริสุทธิ์น่ากราบไหว้ เพราะสรรพกรณีน้อยใหญ่ที่ท่านได้เคยบำเพ็ญมา ล้วนเป็นสิ่งที่ประเสริฐ ก่อให้เกิดคุณค่า คุณประโยชน์แก่ประเทศชาติ และพระพุทธศาสนา อันควรได้รับการยกย่องเทิดทูนบูชา

บัดนี้ ท่านได้มรณภาพไปตามคติธรรมของสังขาร ซึ่งไม่มีใครที่จะต้านทานได้ ดังพระบาลีว่า

อนิจฺจา วต สงฺขารา อุปฺปาทวยธมฺมิโน
อุปฺปชฺชิตฺวา นิรุชฺฌนฺติ เตสํ วูปสโม สุโข

ฉะนั้น หลวงพ่อและทุกๆ คนก็ต้องตกอยู่ในอำนาจของไตรลักษณ์ คือ **อนิจจัง** ความไม่เที่ยง **ทุกขัง** ความเป็นทุกข์ ทนอยู่ไม่ได้ **อนัตตา** ความไม่ใช่ตัวตน หลวงพ่ออดีตเจ้าอาวาสก็ตกอยู่ในอำนาจของไตรลักษณ์เช่นนี้เช่นเดียวกัน ท่านจากพวกเราไปอย่างไม่มีวันกลับ ทุกๆ คนได้แต่อาลัยคิดถึงหลวงพ่ออย่างไม่รู้ลืม หลวงพ่อจากไปแต่เพียงร่างกาย แต่คุณงามความดีของหลวงพ่อยังอยู่ในความทรงจำไม่รู้ลืม ดังนักกวีกล่าวเป็นคำกลอนประพันธ์ไว้ว่า



ตาย - ก็เพียงร่างสิ้น ลมปราณ
แต่ - หากฝากผลงาน เด่นไว้
ไม่ - ตายอย่างสังขาร นาพ่อ
ตาย - แต่ตัวชื่อไซร้ โลกรู้ลืมไฉน ฯ

ขออำนาจคุณพระศรีรัตนตรัยและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ ช่วยดลบันดาลให้หลวงพ่อ**พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์** ได้รับรู้ว่า ศิษย์ ทั้งบรรพชิตและท่านที่เคารพนับถือ ได้ทำบุญอุทิศไปให้ ขอให้หลวงพ่อได้รับอิฏฐผลแห่งบุญ เสวยสุขในสัมปรายภพสมความมุ่งมาดปรารถนาด้วยเทอญ

พระครูปภากรวิหารกิจ
รักษาการเจ้าอาวาสวัดดอกไม้

จากใจ...ชาวโรงเรียนวัดดอกไม้

หลายสิบปีที่หลวงพ่ออุปถัมภ์	หลวงพ่อนำหลากหลายสิ่งนั้นมาให้
ทั้งข้าวสาร อาหาร สำราญใจ	ชาวดอกไม้ฯ ได้อาศัยพึ่งใบบุญ
อีกเครื่องดนตรีไทยนับเงินแสน	เราขาดแคลนหลวงพ่อให้ได้เกื้อหนุน
เราจึงมีดนตรีไทยเพราะใบบุญ	เราดอกไม้ฯรำลึกคุณตลอดมา
เงินทองก็บริจาคให้อยู่เสมอ	เราเสนอขอท่านให้สมปรารถนา
ทั้งเสาธงสูงใหญ่เหลือคณา	เพื่อหน้าตาโรงเรียนวัดดอกไม้เรา
หลวงพ่อทำทุกอย่างด้วยดวงจิต	คุณความดียังฝังติดทุกค่ำเช้า
มิลืมเลือนพระคุณที่มีต่อเรา	ชาวดอกไม้ฯ สุดแสนเศร้าเมื่อท่านไป
ขอกุศลผลบุญได้หนุนให้	หลวงพ่อได้สู่สวรรค์ในชั้นไหน
ขอให้มีแต่สุขยิ่งยิ่งขึ้นไป	จากดวงใจชาวดอกไม้ทุกทุกคน

ด้วยสำนึกในพระคุณของพระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์
ที่มีต่อคณะครู และบุคลากรโรงเรียนวัดดอกไม้ทุกคน

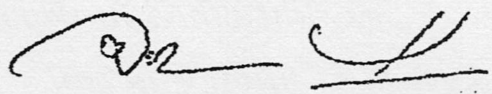
จาก

คณะครู นักเรียน
และบุคลากรโรงเรียนวัดดอกไม้

ด้วยสำนึกในพระคุณ

หลวงพ่อพระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์ แต่เก่าก่อนหลวงพ่อนี้ดีมากเหลือ
พ่อให้ความกรุณาและจุนเจือ พ่อเอื้อเฟื้อด้วยใจดีมีเมตตา
พ่อให้ความช่วยเหลือเมื่อมาอยู่ วัดดอกไม้พ่ออุ้มชูและสรรหา
ขาดสิ่งใดบอกพ่อไปไม่รอช้า หลวงพ่อมาจัดการให้ได้สมใจ
พ่อคือผู้มีพระคุณการุณยิ่ง หลากหลายสิ่งที่ฝากไว้ให้คิดถึง
มาวันนี้พ่อจากไปใจคนึง แสนเสียดายอย่างสุดซึ้งและอาลัย
ขอคุณงามอีกความดีที่สร้างไว้ นำทางให้ได้สู่สวรรค์ครรลัย
เกิดบนชั้นเมืองแมนแดนยิ่งใหญ่ จุติในสัมปรายภพสบนิพพาน

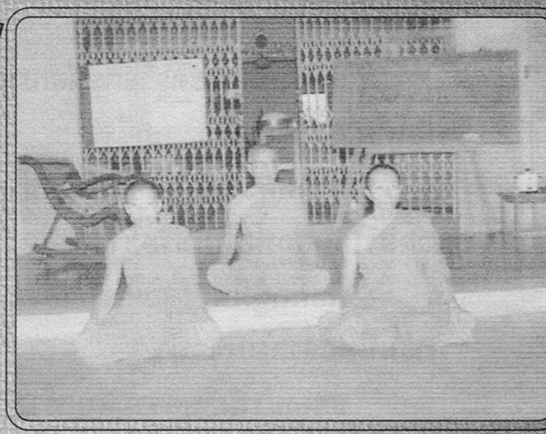
จากใจ



(นางจิดาภา เหมะธุลิน)
ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดโพธิ์ทอง

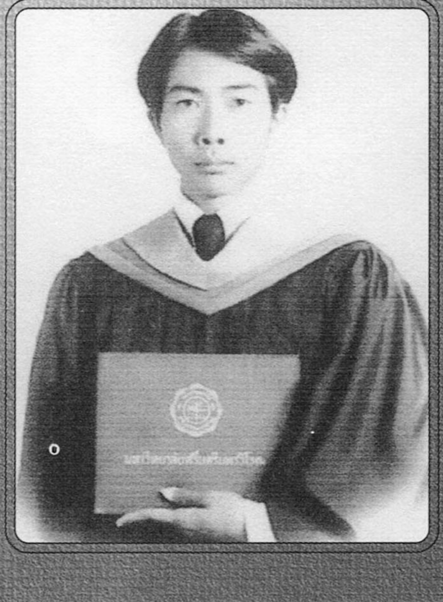


อาลัย "หลวงอา"



จากเมืองมีน ถิ่นเมืองปลา มาอยู่วัด
เพราะติดขัด ในปัจจัย ยากใฝ่หา
จึงมุ่งสู่ อาราม ของหลวงอา
ใกล้ป่าช้า ที่นิทรา ของข้าเอง
มีหลวงอา เหมือนมหา สมุทรกว้าง
ท่านนำทาง บอกวิชา ให้ข้าเก่ง
จบ ป.๔ ขึ้นป.๕ เพื่อรีบเร่ง
เพื่อตัวเอง เพื่อคนอื่น อีกหมื่นคน

จงใฝ่ฝัน ขยันเรียน เพียรเถิดเจ้า
อย่าถือเอา ชุมชน คนมั่วสุม
จงเลือกเอา สิ่งที่ดี มีมากมุม
อย่าเลือกขุม เผากายใจ ให้ตัวเอง
สักวันหนึ่ง เจ้าต้องไป ในโลกกว้าง
มีสติ ใช้ปัญญา อย่านอนเขลง
พบปัญหา ขวากหนาม ต้องแก้เอง
จงรีบเร่ง ทวนแล้วทำ จำจงดี









ข้าวก้นบาตร สิบห้าปี มีทุกข์สุข
ล้มแล้วลุก ได้ทุกเมื่อ เพื่อศักดิ์ศรี
แล้ววันนั้น ฉันจบ ปริญญาตรี
เติมศักดิ์ศรี ฉันฝันไว้ จากในหลวง
ลูกชาวนา มาเป็น เช่นข้าราช
ไม่เกินขาด ขั้นพิเศษ เขตกระทรวง
เพื่อเติม เพื่อให้ ศิษย์ทั้งปวง
ครูรับช่วง ให้เธอดี มีคุณธรรม

อันสังขาร มนุษย์เรา เอาไม่อยู่
ไม่ว่าผู้ เดินดิน ถือศีลหนา
ย่อมโรยร่วง ผ่านไป ตามเวลา
แต่ศรัทธา แห่งความดี มีให้ถึง
แล้ววันนั้น ก็ต้องพบ จบจนได้
ลมหายใจ ของหลวงอา มาหยุดตรึง
หลานเศร้า หลานขอส่ง ดาวดึงส์
หลานซาบซึ้ง สุดอาลัย ในหลวงอา

นายบุญรอด ยิ้มเจริญ

๒๘ มกราคม พ.ศ. ๒๕๕๒

เกิด แก่ เจ็บ ตาย

เกิดแล้วแก่แปรไปไม่ยั้งหยุด
ในที่สุดเป็นผีหนีไม่พ้น
ทำอะไรไว้บ้างชั่งดูตน
บุญกุศลเคยสร้างบ้างหรือไร

อย่าทำใจใฝ่ต่ำถือความชื่อ
อย่าเชื่อถือพาลชนคนเหลวไหล
อย่าทำตัวมั่วอบายละอายใจ
ชีวิตใช่ยืนยงคงกะพัน

บางคนไม่ทันพ้นจากตนแม่
ตายเสียแต่ในครรภ์กะทันหัน
บางคนคลอดแล้วตายวายชีวัน
ชีวิตมันไม่แน่ย่อมแปรปรวน

บางรายตายเสียแต่แค่หนุ่มสาว
ไม่ยืนยาวมีอันต้องผันผวน
บางรายอยู่จนแก่แต่โรคกวน
ต้องคร่ำครวญรักษาทั้งตาปี

ความเจ็บไข้ได้ป่วยช่วยบั่นรอน
คอยบั่นทอนคนให้ตายเป็นผี
ไม่เลือกเด็กเล็กใหญ่ไพร่ผู้ดี
เป็นเศรษฐีหรือจนทุกคนไป



ไม่มีใครขัดขืนฝืนได้นาน
พยาบาลหมอไข้ยังตายได้
ไม่เหลือไว้ให้อยู่สู้แก่ใคร
ความตายใหญ่ยิ่งกว่าคณาชน

อย่าประมาทมัวเมาเอาแต่ได้
ชีวิตไม่ยืนยงจงฝึกฝน
สันโดษให้พอดีมีในตน
อย่าดิ้นรนเกินการณ์ประมาณตัว

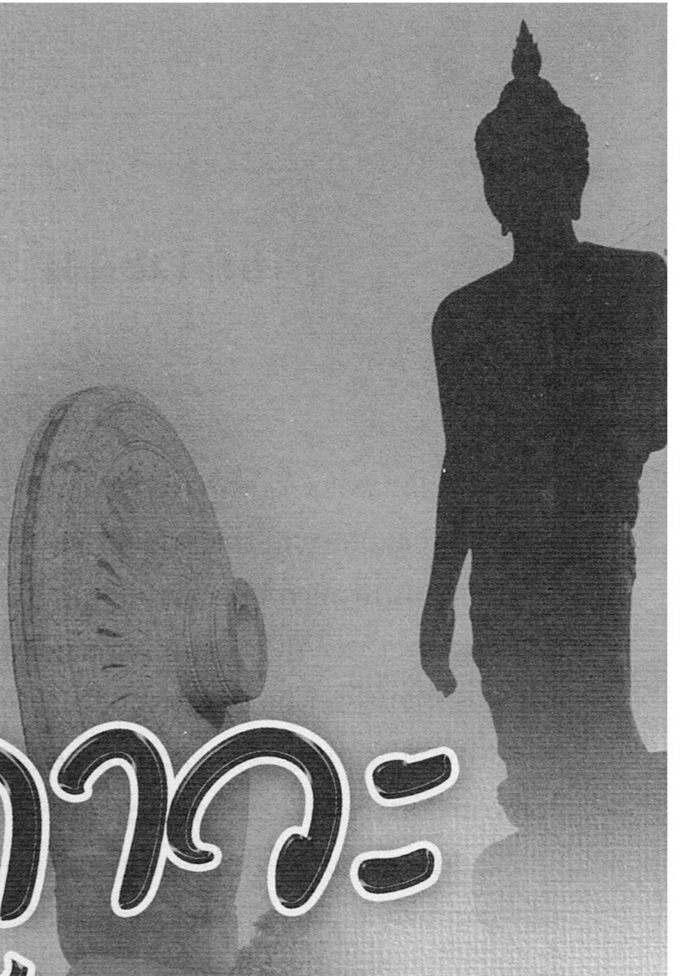
อนึ่ง อย่าโกรธง่ายใจจะหมอง
โทสะจะเข้าครองต้องปวดหัว
พยาบาทมาดร้ายใจหมองมัว
ไม่คิดกลัวสารพันอันตราย

เกิดเป็นคนทำตนให้สุขสันต์
อย่าโมหันหูเบาโง่เง่าหลาย
จงฟังหูไว้หูดูอุบาย
อย่างมงายหลงลมคนชมเชย

เกิดเป็นคนทั้งทีก่อนที่ตาย
ไว้ลายให้โลกรู้อย่าอยู่เฉย
กุศลกรรมธรรมะอย่าละเลย
ให้คนเอ่ยถามหาเมื่อคราตาย ฯ

สุขวุฒิ บัวทรัพย์

สารบัญ



สุขภาวะองค์รวมแนวพุทธ

โดย

พระพรหมคุณาภรณ์

(ป. อ. ปยุตฺโต)

สุขภาวะองค์รวมแนวพุทธ[๑]

คำอาราธนา[๒]

ผมและคณะ ซึ่งได้ทำงานเรื่องสุขภาพองค์รวมแนวพุทธ ประกอบด้วยบุคลากรทั้งในกระทรวงและนอกกระทรวงสาธารณสุข ที่สนใจในเรื่องนี้ ทั้งแพทย์ พยาบาล และบุคลากรอื่นๆ

แกนนำสำคัญก็คือ คุณหมอชูฤทธิ์ เต็งไตรสรณ์ ซึ่งเดิมปฏิบัติงานอยู่ที่สถาบันบำราศนราดูร ขณะนี้ก็ได้ขอโอนไปอยู่ที่กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทย และการแพทย์ทางเลือก เพื่อจะได้ทำงานด้านนี้ให้กว้างขวางออกไป และมีคณะที่มาจากโรงพยาบาลหลายๆ แห่ง เช่น มาจากโรงพยาบาลอุตรดิตถ์ โรงพยาบาลประจวบคีรีขันธ์ ที่ใกล้ๆ จากสถาบันบำราศนราดูร โรงพยาบาลศิริราช โรงพยาบาลชลประทาน ที่อื่นๆ ก็มา เช่น จาก กศน.เขตดุสิต ก็มาด้วย

คณะทำงานในเรื่องนี้ได้พยายามนำเอาเรื่องสุขภาพแนวพุทธที่ได้พัฒนามาระดับหนึ่งแล้วไปถ่ายทอด ไปเผยแพร่ และพยายามจัดสร้างเป็นหลักสูตรฝึกอบรมเพื่อเผยแพร่ให้กว้างขวางขึ้นไป

ตลอดเวลาที่ผ่านมา ต้องขอกราบขอบพระคุณที่พวกเราได้รับความกรุณาเป็นอย่างยิ่งจากท่านอาจารย์ที่ช่วยชี้แนะ และวันนี้ก็ถือโอกาสมากราบขอความเมตตาจากท่านอาจารย์ที่จะได้ชี้แนะในเรื่องนี้ต่อไป โดยประเด็นสำคัญหรือหัวข้อใหญ่ๆ ที่จะขอกราบเรียนมีอยู่ ๔ ข้อ ได้แก่

๑. ปัญหาด้านสุขภาวะของคนไทยในปัจจุบัน ในมุมมองของพุทธศาสนา
๒. อะไรคือสาเหตุที่ทำให้คนไทยในปัจจุบันมีปัญหาเกี่ยวกับสุขภาวะ
๓. คนไทยควรมีสุขภาวะอย่างไร
๔. วิธีการพัฒนาสุขภาวะตามแนวพุทธ เป็นเช่นไร

* องค์ประกอบของสุขภาวะ
* กระบวนการพัฒนา
* วิธีวัดผล

ขอกราบอาราธนาพระอาจารย์ช่วยชี้แนะด้วย จะเป็นพระคุณ

---

[๑] เรื่อง สุขภาวะองค์รวมแนวพุทธ วิสัชนาตามคำอาราธนาของ กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก โดย พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต) ที่วัดญาณเวศกวัน เมื่อวันที่ ๒๖ พฤศจิกายน ๒๕๔๗

[๒] คำกล่าวอาราธนาของนายแพทย์วิชัย โชควิวัฒน์ อธิบดีกรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก

ความเข้าใจร่วมก่อนเริ่ม

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต) :

เจริญพรท่านอธิบดี และท่านผู้ตรวจราชการ คุณหมอ และทุกท่านซึ่งอยู่ในวงวิชาการทางการแพทย์และสาธารณสุข ในการจะพูดเรื่องนี้ซึ่งมีหลายหัวข้อที่ท่านอธิบดีได้บอกแจ้งมา อาตมภาพก็ไม่แน่ใจว่าจะตอบครบไหม จะต้องขอให้ท่านช่วยคอยเตือนด้วยว่าได้พูดไปครบหรือยัง อันไหนยังขาดตกบกพร่อง

ก่อนที่จะพูดก็มีข้อที่ขอทำความเข้าใจนิดหนึ่ง คือ ท่านจะให้พูดถึงสุขภาวะในแง่ที่พุทธศาสนามอง

ทีนี้ คำว่า **"สุขภาวะ"** นั้น คิดว่าเป็นคำที่ค่อนข้างใหม่ เรามีคำว่า **"สุขภาพ"** ที่ใช้กันมานาน

ที่จริง ทั้ง **"สุขภาวะ"** และ **"สุขภาพ"** ในภาษาบาลีเดิมก็เป็นคำเดียวกัน และ **"สุขภาวะ"** เป็นคำเดิมในภาษาบาลีด้วยซ้ำไป เราใช้คำในภาษาไทยที่แผลง **"ว"** เป็น **"พ"** เป็นสุขภาพเรื่อยมา

แต่ตอนนี้มีการใช้ว่าสุขภาวะ โดยเปลี่ยนจากตัว **"พ"** กลับไปเป็น **"ว"** ก็เลยเป็นจุดสังเกตขึ้นมาว่า คงจะมีความคิดที่อยู่เบื้องหลังการหันมาใช้คำนี้

อาตมภาพจึงคิดว่า ตอนแรกนี้ ก่อนที่จะพูดไปถึงว่าพุทธศาสนามองเรื่องนี้อย่างไร เราคงต้องพูดถึงความหมายของตัวคำพูดให้เข้าใจความหมายตรงกันหน่อย

อาตมภาพก็เลยขอโอกาส จะขอฟังว่า คำว่า **"สุขภาวะ"** นี้ ซึ่งคิดว่าเป็นคำที่ใช้กันใหม่ในวงการสาธารณสุข หรือในวงวิชาการสมัยนี้ ก็ตาม เป็นคำที่มีความพิเศษอย่างไร อาตมภาพขอโอกาสสักนิดหนึ่ง

อธิบดี (นายแพทย์วิชัย โชควิวัฒน์) :

ก็ขอกราบเรียนว่า อันที่จริงแล้ว คำว่า **"สุขภาวะ"** จริงๆ น่าจะเป็นคำที่ตั้งใจจะใช้แทนคำว่าสุขภาพ โดยสมัยก่อนสุขภาพจะเป็นเรื่องของโรคภัยไข้เจ็บเป็นหลัก ต่อมามีการพิจารณาเรื่องของสุขภาพในทางที่กว้างขึ้น ตามแนวทางที่องค์การอนามัยโลกได้ชี้แนะ และให้คำจำกัดความไว้นานแล้ว ตั้งแต่ก่อตั้งองค์การอนามัยโลกเมื่อ ๕๐ กว่าปีมาแล้วว่า คำว่า **สุขภาพ** หมายถึงความสมบูรณ์ บริบูรณ์พร้อม ทั้งร่างกาย จิตใจ และสังคม หรืออยู่ในสังคมได้ด้วยความสุข โดยไม่จำกัดเฉพาะความปราศจากโรค หรือปราศจากความพิการเท่านั้น นั้นเป็นความหมายที่ยึดถือกันมานาน

ต่อมาในระยะหลัง เรื่องของสุขภาพก็มีการขยายความกว้างขึ้นไปอีกว่า ไม่เพียงแต่ร่างกาย จิตใจ และสังคม แต่มีความหมายครอบคลุมถึงสิ่งที่ภาษาอังกฤษใช้คำว่า Spiritual well-being ด้วย ซึ่งต่อมาก็ได้ข้อยุติว่า น่าจะหมายถึงสุขภาวะทางด้านของปัญญาเข้ามาประกอบด้วย และทิศทางของการที่จะพูดเรื่องสุขภาพนี้ได้มีการเปลี่ยนจุดเน้นเดิม ซึ่งพูดถึงเรื่องการแก้ปัญหาเมื่อเกิดโรคภัยไข้เจ็บแล้วเป็นหลัก ต่อมาพยายามเน้นในเรื่องของการป้องกันหรือการสร้างเสริมสุขภาพก่อนที่จะเกิดโรคขึ้นควบคู่กันไปด้วย โดยเชื่อว่าวิธีการอย่างที่กล่าวนี้จะช่วยให้เราสามารถที่จะสร้างสุขภาพได้ดีกว่า หรือพูดในภาษาที่สั้นๆ ว่า เน้นที่การสร้างนำซ่อม

นอกจากนี้ ความหมายของคำว่า **"สุขภาพ"** ซึ่งเดิมมองเรื่องของสังขารร่างกายเป็นหลัก ต่อมาก็มองให้ครอบคลุมตามความหมายที่องค์การอนามัยโลกส่งเสริม และแนะนำ คือให้มีลักษณะเป็นภาพองค์รวม พยายามที่จะให้โยงใยออกไปว่าสุขภาพเป็นเรื่องของชีวิตเลยทีเดียว ไม่ใช่เรื่องของสุขภาพตามความหมายดั้งเดิมเท่านั้น

เมื่อมีการตั้งองค์การที่มาส่งเสริมสุขภาพ ที่เรียกว่า **สสส.** ก็พยายามที่จะให้ความหมายของสุขภาพในลักษณะที่ครอบคลุมกว้างขวาง เมื่อมีการให้ความหมายในทางกว้างและมองในภาพองค์รวม และเปลี่ยนจุดเน้นจากการซ่อมมาเป็นการสร้าง ก็มีความพยายามที่จะตีความความหมายของคำนี้ให้กว้างขวาง โดยที่ถ้าจะใช้คำว่าสุขภาพเดิม ก็จะคิดถึงเฉพาะในความหมายเดิมๆ ในความหมายที่แปลมาจากคำว่า Health ในภาษาอังกฤษ เพราะฉะนั้นจึงเกิดมีคำที่อธิบายว่า สุขภาพ หมายถึง สุขภาวะ และทำให้คำว่า **"สุขภาวะ"** ในบางครั้งก็คล้ายๆ จะเข้ามาแทนที่คำว่า สุขภาพ อันนี้เป็นความเข้าใจของกระผมตามที่ได้เกี่ยวข้องมา

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต):

ก็ขออนุโมทนาท่านอธิบดี เป็นการทำความเข้าใจเกี่ยวกับความหมายของถ้อยคำไว้ก่อน ตามที่ฟังนี้ที่จริงก็คือเรื่องสืบต่อ เป็นแต่เพียงว่าเราชักจะเข้าใจความหมายของคำว่า **"สุขภาพ"** แคบลงไป ซึ่งก็เป็นเรื่องธรรมดา เพราะแต่ก่อนนั้นเราก็เน้นเรื่องของร่างกายที่มีปัญหาโรคภัยไข้เจ็บว่า เมื่อไม่มีโรคภัยไข้เจ็บก็คือการมีสุขภาพที่แข็งแรง

ตอนนี้ เราไม่อยากให้คนมองแคบอย่างนั้น และเพื่อจะให้ศัพท์สื่อได้ดียิ่งขึ้น ป้องกันไม่ให้คนมองกลับไปเอาความหมายที่แคบอย่างนั้น ก็เลยใช้คำว่า **"สุขภาวะ"** เป็นอันว่าให้มองให้กว้าง ให้ครอบคลุมมากยิ่งขึ้น

เมื่อขยายความหมายหรือมองให้ครอบคลุมขึ้นอย่างนี้ ก็ทำให้มีข้อสังเกตอย่างหนึ่งว่า สุขภาพที่ใช้คำว่าสุขภาวะนี้ จะสื่อความหมายที่ใกล้กับความสุขมากขึ้น คือ เดิมเราพูดถึงโรคภัยไข้เจ็บก็เป็นเรื่องทุกข์ คล้ายๆ ว่า เมื่อมีสุขภาพดีก็มองแค่ว่าร่างกายแข็งแรงไม่มีโรค ปลอดโรค



ก็คือหายทุกข์ ทีนี้เราบอกใหม่ว่าให้มีความสุขด้วย คือเน้นไปที่ความสุขด้วย เป็นอันว่าจะมองทั้งในแง่หมดทุกข์ และมีสุข

ทีนี้ ภาวะที่หายทุกข์ หรือหมดทุกข์ และมีสุข หรือปลอดทุกข์ และเป็นสุข นี้ ถ้าว่ากันไปแล้ว มันก็เป็นด้านหนึ่งของภาวะที่สมบูรณ์ ถ้าใช้คำสมัยใหม่ จะเรียกว่าเป็นส่วนหนึ่งหรือด้านหนึ่งของภาวะที่เรียกว่า**องค์รวม**ก็ได้

หมายความว่า ในการที่เราจะมีสุขภาวะ หรือแม้แต่จะมีความสุขธรรมดาทั่วไปให้เป็นสุขแท้จริงสักหน่อยหนึ่งนั้น ยังมีภาวะด้านอื่นๆ ประกอบอยู่ด้วย ที่เราควรจะมองหรือต้องคำนึงถึงอีกหลายอย่าง

ด้านอื่นๆ ที่เราจะมองได้หรือต้องคำนึงถึงนั้น มีอะไรบ้าง ขอยกมาดูกัน

ด้านหนึ่งคือ **ความเสรี** ได้แก่ ความปลอดโปร่ง โล่งเบา หลุดพ้น ไม่ถูกปิดกั้นจำกัดบีบคั้น ไม่ติดขัดคับข้อง ไม่ถูกผูกมัดกดทับไว้ แต่เคลื่อนไหวได้คล่องตามปรารถนา คือภาวะที่เป็นอิสระ[๑]

อีกด้านหนึ่งคือ **ความสงบ** ได้แก่ภาวะที่ไม่มีความร้อนรนกระวนกระวาย ไม่กระสับกระส่าย ไม่เร่าร้อน ไม่ว้าวุ่น ไม่พลุ่งพล่าน ทั้งร่างกายและจิตใจไม่ถูกรบกวน ไม่มีอะไรมาระคายเคือง คือ สงบ อยู่ตัวของมัน[๒]

อีกด้านหนึ่งคือ **ความสะอาด** หรือความบริสุทธิ์ หมดจดสดใส ไม่มีความขุ่นมัวเศร้าหมอง ไม่เลอะเทอะเปรอะเปื้อน แต่มันไม่ใช่แค่ความสะอาดด้านวัตถุหรือรูปธรรม แต่หมายถึงทางด้านจิตใจที่ไม่มีความหมองมัว ไม่มีความขุ่นมัวเศร้าหมอง[๓]

แล้วอะไรอีก ก็คือ ความสว่าง กระจ่างแจ้ง แจ่มชัด ใสสว่าง หรือผ่องใส มองเห็นทั่วตลอด[๔]

ลองคิดดูสิ ถ้าคนไหนบอกว่าจะมีความสุข แต่เขาถูกกด ถูกบีบคั้น ถูกจำกัด ติดขัด ถูกผูกมัด มัวแต่ดิ้นรน มัวแต่ตะเกียกตะกายหาทางหนีอยู่ อย่างนี้จะมีความสุขไหม ก็ไม่มีความสุข **เพราะฉะนั้นภาวะด้านหนึ่งของความสุข** ก็คือ **ความเป็นอิสระ หรืออิสรภาพ**

พร้อมกันนั้น ก็ต้องไม่มีความพลุ่งพล่าน ว้าวุ่น กระสับกระสาย เร่าร้อน หรือร้อนรนกระวนกระวาย ถูกรบกวนอะไร ความว้าวุ่นเป็นต้นเหล่านี้ ต้องไม่มี ถ้าว้าวุ่นอยู่ มันก็มีความสุขไปไม่ได้ คือไม่มีความสุขนั่นเอง เพราะฉะนั้น**สันติ**จึงเป็นภาวะด้านหนึ่งของการมีความสุข

---

[๑] ตามหลัก เรียกว่า **"วิมุตติ"**

[๒] ตามหลัก เรียกว่า **"สันติ"**

[๓] ตามหลัก เรียกว่า **"วิสุทธิ"**

[๔] ตามหลัก เรียกว่า **"วิชชา"**



แล้วก็ที่บอกเมื่อกี้ ถ้าใจขุ่นข้องหมองมัว ความคิดเศร้าหมอง ก็เป็นสุขไปไม่ได้ ดังนั้น ความหมดจด สดใส ไม่ขุ่นมัว ไม่เศร้าหมองต่างๆ คือความสะอาดที่ว่านี้ จึงเป็นภาวะอีกด้านหนึ่งของการมีความสุข

นอกจากนั้น ถ้าเราอยู่ในความมืดมัว หรือมืดมน มองไม่เห็นอะไรๆ ที่มีอยู่และที่เป็นไปอยู่รอบตัว อะไรๆ ที่เกี่ยวข้องอยู่ก็ไม่รู้ไม่เข้าใจ มันก็ไม่โล่งไม่โปร่งเช่นเดียวกัน และก็ไม่มีทางที่จะมีความสุขได้จริงเลย แต่ถ้ารู้เข้าใจมองเห็นสว่างกระจ่างแจ้งชัดเจน ก็พร้อมที่จะเป็นสุขได้จริง

นี้คือภาวะด้านต่างๆ ซึ่งมีอยู่ด้วยกันกับความสุข และความสุขเป็นอาการปรากฏด้านหนึ่งของภาวะที่มีความสมบูรณ์นี้ ภาวะด้านต่างๆ เหล่านี้ ถ้าใช้ศัพท์ก็อาจจะเรียกว่า ***วิชชา วิมุตติ วิสุทธิ สันติ***

วิชชา คือ ความสว่าง ผ่องใส กระจ่างแจ้ง มองเห็นชัดเจน ซึ่งเป็นลักษณะของปัญญา

วิมุตติ คือ ความหลุดพ้น เป็นอิสระ เป็นภาวะที่สำคัญมาก อย่างที่ว่าแล้ว ถ้าคนถูกมัด หรือแม้แต่แค่ถูกขัง ถูกบีบ ถูกกด เสียแล้ว ก็แย่ หมดความหมาย จะอึดอัด ติดขัดไปหมด จะไปไหนก็ไม่ได้ บางทีแม้แต่เคลื่อนไหวก็ไม่ได้ เพราะไม่เสรี ทางพระจึงบอกว่าจะต้อง ***"เสรี สยังวสี"***

"เสรี" คือ เคลื่อนไหวไปไหนๆ ได้ตามปรารถนา ***"สยังวสี"*** คือมีอำนาจในตัวเอง ก็คือภาวะที่เป็นอิสระแห่งวิมุตติ

วิสุทธิ คือ ความหมดจด สดใส บริสุทธิ์ ไม่ขุ่นมัว ไม่เศร้าหมอง ซึ่งในทางจิตใจสำคัญมากที่จะทำให้มีความปลอดโปร่งโล่งไปได้

สันติ คือ ความสงบ ไม่ร้อนรนกระวนกระวาย ไม่มีอะไรรบกวน แม้กระทั่งระเคือง-ระคาย เป็นภาวะที่ประณีตอย่างยิ่ง ซึ่งสุขที่แท้ย่อมขาดไม่ได้

วิชชา วิมุตติ วิสุทธิ สันติ ที่ว่ามาทั้งหมดนี้ เป็นลักษณะหรือภาวะด้านต่างๆ ที่สำคัญของภาวะสมบูรณ์อันเดียวกัน ซึ่งเมื่อมีสิ่งเหล่านี้แล้ว อาการแห่งความสุขก็ปรากฏออกมาได้

แต่ถ้าขาดไปแม้แต่บางด้าน ความสุขถึงจะบอกว่ามี ก็จะเป็นความสุขที่แท้จริงไม่ได้ จะเป็นได้เพียงสิ่งที่เรียกว่าเอามาโปะไว้ข้างหน้าหรือพอกไว้ข้างนอก เป็นของหลอก ไม่สามารถเป็นความสุขที่แท้จริง

อันนี้ก็เป็นเรื่องของภาวะที่เรียกว่า**ความสุข** ซึ่งเหมือนกับว่า ลักษณะที่เป็น วิชชา วิมุตติ วิสุทธิ สันติ นั้น เป็นลักษณะองค์ประกอบของภาวะที่เป็นความดีงามสมบูรณ์ของชีวิต

พูดให้เข้ากับเรื่องในที่นี้ว่า เป็นการทำความเข้าใจเบื้องต้นเกี่ยวกับ **"สุขภาวะ"** ให้เห็นว่าในการที่เราจะมีสุขภาวะนั้น ภาวะที่เป็นสุขเป็นความสมบูรณ์อย่างหนึ่งที่มีองค์ประกอบ หรือ



ด้านต่างๆ หลายด้าน ที่เราจะต้องมองต้องคำนึงถึง และด้านเหล่านั้น เราจะต้องใช้เป็นเครื่องตรวจสอบความสุขด้วย

หมายความว่า ความสุขใดๆ ที่ใครก็ตามพูดขึ้นมานั้น เราตรวจสอบได้ว่าเป็นความสุขที่แท้จริงหรือเปล่า ถ้าไม่มีภาวะที่ว่ามาเหล่านั้นแล้ว ก็ไม่ใช่ความสุขที่แท้จริง ถ้าพูดว่าเป็นความสุข มันก็เป็นความสุขที่ชั่วคราว ไม่ยั่งยืน ยังขาด ยังพร่อง และที่สำคัญอย่างยิ่งก็คือเป็นความสุขที่ยังมีปัญหา ซึ่งก็คือยังเป็นทุกข์อยู่นั่นเอง (ท่านเรียกว่า ยังอยู่ในอำนาจของทุกข์ คือ มีศักยภาพแห่งการที่จะเป็นทุกข์)

สุขภาวะในระบบชีวิตแห่งธรรมชาติ

ปัญหาสุขภาวะของคนไทย ซับซ้อนยิ่งกว่าในอเมริกา

ทีนี้ก็หันมาพูดถึงเรื่องสุขภาวะของคนไทยในแง่ที่พุทธศาสนามอง หรือในมุมมองของพระพุทธศาสนาว่าเป็นอย่างไร

อาตมภาพคิดว่า เวลานี้สังคมไทยของเรามีทั้งปัญหาร่วมกับเขา และปัญหาเฉพาะของตัวเอง

ปัญหาร่วมที่สำคัญก็คือ เราร่วมอยู่ในโลกที่กำลังพัฒนาในระบบที่มีทุนนิยมบริโภคเป็นใหญ่ครอบงำอยู่ นอกจากจะร่วมกับเขาแล้ว เรายังชอบที่จะเป็นอย่างเขาด้วย แล้วเราก็ตาม เราพยายามวิ่งไล่ เราพยายามที่จะเป็นอย่างนั้น เราอยากเป็นอย่างสังคมอเมริกาที่เป็นบริโภคนิยม ซึ่งเราเห็นว่าพรั่งพร้อม เป็นแบบอย่าง เราพยายามตามเขาเต็มที่ นี้คือลักษณะร่วมที่เรามี

อย่างไรก็ตาม พร้อมกันนั้นเราก็ไม่ได้เป็นอย่างอเมริกา แต่เรามีลักษณะที่ถูกเขาเรียกว่าเป็นสังคมที่กำลังพัฒนา ซึ่งเป็นลักษณะของตนเอง จะถือว่าเป็นความล้าหลัง หรือเป็นความด้อยก็แล้วแต่ เรามีปัญหาเศรษฐกิจในเรื่องความยากจนข้นแค้น ความที่การศึกษายังต่ำ รวมทั้งปัญหาสุขภาพที่มีโรคภัยไข้เจ็บมาก อะไรต่างๆ เหล่านี้ เป็นเรื่องด้านปัญหาเฉพาะของตนเองแล้วก็โยงออกมาสู่ปัญหาสุขภาวะนี้ด้วย

ทีนี้ ในด้านปัญหาสุขภาวะแง่ที่ร่วมกันกับเขาในโลกยุคโลกาภิวัตน์ ที่ว่าไปร่วมกับสังคมอื่นที่เขาเจริญก้าวหน้าเป็นบริโภคนิยมนั้น บางครั้งสังคมไทยเราก็ไปจ้องรับส่วนที่เป็นความบกพร่องของเขา เอามาตามจนล้ำหน้าเขาไปเลย ทั้งที่ส่วนที่ดีของเขาก็มี แต่เราไม่ค่อยได้เอามา อันนี้ก็เลยกลายเป็นการซ้ำเติมตัวเองให้หนักขึ้นไปอีก คือ ตัวเองมีปัญหาของตัวเองอยู่แล้ว ยังไปเอาส่วนร้ายของเขามาอีก ก็เลยยิ่งแย่

ก็เลยอยากจะยกตัวอย่างมาบอกเล่าให้เห็นภาพกันบ้าง ก่อนที่จะพูดอะไรลงไปในส่วนที่เป็นเนื้อหาสาระ

เมื่อตอนที่อาตมภาพไปรับการผ่าตัดนิ่วในถุงน้ำดี ขณะที่กำลังนอนรอคุณหมอที่จะให้ดมยาสลบ ท่านติดประชุม ก็เลยคุยกับคุณหมอที่จะผ่าตัดให้ และคุณหมอท่านอื่นๆ ด้วย

คุณหมอที่จะผ่าตัดพึ่งกลับมาจากอเมริกา ไม่ใช่ไปเรียนจบกลับมานะ แต่คุณหมอเป็นผู้ใหญ่แล้ว ท่านก็เดินทางไปดูอเมริกา ไปดูอะไร ก็ไปดูปัญหาของอเมริกา คือดูการแก้ปัญหาโรคใหม่ ที่เป็นโรคอารยธรรม คือโรคอ้วน (obesity) ไปดูวิธีแก้ปัญหาโรคอ้วน

วิธีแก้ปัญหาโรคอ้วนที่เป็นโรคเด่นนำในปัจจุบันของอเมริกา ก็คือการต้องผ่าตัดกระเพาะคุณหมอเป็นแพทย์ผ่าตัดอยู่แล้ว ก็เลยตรงกับงานของท่าน



คุณหมอเล่าให้ฟังว่า วิธีแก้ปัญหาโรคอ้วนที่อเมริกานั้นก็คือ เขาจะผ่าตัดกระเพาะของคนที่เป็นโรคอ้วนนี้ จากกระเพาะที่ใหญ่ประมาณ ๒ กำปั้น จะผ่าตัดให้เล็กลงจนเหลือความจุเพียง ๑๕ CC. คือ ๑๕ ลบ.ซม.

ก็ลองคิดดู การที่ต้องผ่าตัดให้เล็กลงไป เพราะอะไร ก็เพราะว่าคนที่เป็นโรคอ้วนนั้นเพราะกินมาก เขาก็เลยต้องเย็บกระเพาะให้เล็กลง เพื่อจะให้กินได้น้อยๆ

เอนี่...ถ้าจะว่าในแง่ของสุขภาวะ ก็ร่างกายมันสมบูรณ์ดีอยู่แล้ว อวัยวะก็สมประกอบแล้ว เรื่องอะไรจะไปผ่าตัดให้มันผิดปกติ นี่ก็กลายเป็นว่า ในการสร้างสุขภาวะสมัยใหม่นี้ เราอาจจะต้องไปทำอวัยวะที่เป็นปกติให้มันผิดปกติ เช่น ทำให้กระเพาะอาหารวิปริต นอกจากทำให้เล็กลงไปผิดขนาดแล้ว ก็ถูกผ่าตัดอีกด้วย

แล้วคุณหมอยังบอกอีกว่า ต่อไปถ้าพวกนี้ยังกินจุอีก กระเพาะก็จะยืดออกไปใหม่ จึงต้องให้คนมีการควบคุมตัวเองด้วย (แต่จะให้คนรู้จักควบคุมตัวเองนั้นยาก จึงต้องควบคุมทางสังคม) อเมริกาก็เลยต้องมีการแก้ปัญหาสังคมในเรื่องการกินจุกกินจิก เช่น เขาเคยมี refreshment stand ที่เป็นเครื่องหมายของความพรั่งพร้อมสะดวกสบาย แต่เดี๋ยวนี้เขากลับให้เลิกใช้ หรือห้ามใช้ ฯลฯ อะไรต่างๆ เหล่านี้ เป็นปัญหาของประเทศที่เจริญแล้ว ซึ่งมีความมั่งคั่งพรั่งพร้อม ที่เขาคิดว่าจะหาความสุขได้เต็มที่ และคงจะมีความสุขกันเต็มที่ แต่ก็มีอาการแห่งความเสียสุขภาวะอย่างที่ว่านี้

ทีนี้ ในด้านของประเทศไทย คุณหมอไปดูอเมริกามานี่ ก็คือเตรียมไว้ เผื่อจะต้องผ่าตัดกระเพาะคนไทยต่อไป เพราะได้ทราบมาว่า ตอนนี้เด็กไทยก็เริ่มเป็นโรคอ้วนกันแล้ว

เด็กไทยที่เป็นโรคอ้วนนั้น โดยมากเป็นเพราะอยู่กับเกม กินอาหารขยะ (junk food) และไม่ได้บริหารอิริยาบถเพียงพอ เป็นปรากฏการณ์ใหม่ของยุคสมัย จนทำให้คนเริ่มสังเกตเห็นความแตกต่างระหว่างเด็กในโรงเรียนที่ผู้ปกครองมีฐานะดี ซึ่งมีนักเรียนอ้วนๆ เยอะ กับเด็กในโรงเรียนที่ผู้ปกครองค่อนข้างยากจน ซึ่งมีแต่นักเรียนผอมเกร็ง

ต่างจากสมัยก่อน ที่เด็กทั้งหลายใช้เวลาวิ่งเล่นมาก แล้วก็มีร่างกายปราดเปรียวคล้ายๆ กันทั่วไป

ทำไปทำมา โรงเรียนที่ผู้ปกครองเด็กค่อนข้างยากจน จะกลายเป็นมีข้อดีที่ได้เปรียบอย่างน้อยก็ในแง่ที่ว่านี้

โรคอ้วน (obesity) นี้เป็นตัวอย่างที่ชัด ซึ่งเมื่อเรียกให้รวบรัด ก็คือเป็นโรคอารยธรรมที่บ่งบอกในตัวว่า ความเจริญอย่างสูงในโลกปัจจุบัน ไม่ได้เป็นหลักประกันว่าจะทำให้คนเรามีสุขภาวะดีขึ้น

แปลกที่ว่า เพียงแค่การดำเนินชีวิตขั้นตื้นๆ เท่านี้ คนก็มีชีวิตที่เสียดุลไปแล้ว ทั้งอย่างนี้ก็ยังขืนเรียกว่าเป็นอารยธรรมกันอยู่ได้



เราพูดกันนักถึงการหาความสุข และอันที่จริงคนในโลกที่เจริญเป็นดินแดนที่พัฒนาสุดยอดแล้ว มีเครื่องบำรุงความสุขทุกอย่างไว้ให้หา ก็น่าจะมีความสุข แต่พอดูกันจริงๆ ลึกลงไปสุขภาวะที่เรามองโดยโยงสภาพร่างกายไปประสานกับด้านอื่นๆ มันขาดหมดเลย

การที่ว่าคนอเมริกันมีปัญหาสุขภาวะอย่างนั้นได้อย่างไรนี้ เป็นตัวอย่างที่ชัดของการที่ว่าความสุขที่คนเข้าใจและใฝ่หา ไม่ตรงกันเลยกับความสุขตามหลักการที่เรียกว่าสุขภาวะ

แต่กลายเป็นว่า คนที่ว่าเจริญเหล่านี้ พากันหาความสุขที่ไม่เป็นสุข (ภาวะ) หรือหาความสุขที่เสียสุข (ภาวะ) พูดง่ายๆ ก็คือหา (ความ) สุขที่เป็น (ความ) ทุกข์ หรือพูดให้ลึกลงไปอีกก็คือว่าคนเจริญเหล่านี้มีความเห็นผิด คือเป็นมิจฉาทิฏฐินั่นเอง หมายความว่าจุดเริ่มของปัญหาอยู่ที่นี่

การที่คนเป็นโรคอ้วนเป็นเรื่องที่ช่วยให้สืบสาวหาเหตุปัจจัยได้ง่ายขึ้นว่า ทำไมคนยุคนี้จึงสูญเสียสุขภาวะ และพร้อมกันนั้นก็เป็นเครื่องบ่งชี้ด้วยว่า การที่จะมีสุขภาวะนั้นไม่ใช่เป็นเรื่องที่จะมองแค่ร่างกายอย่างเดียว

ตัวอย่างเช่น ในเรื่องอาหารที่มีกินกันดีนี้ ถึงจะมีกินอย่างพรั่งพร้อมบริบูรณ์ แต่ถ้ากินไม่เป็น ก็กลายเป็นว่าทำให้เกิดโทษแก่ชีวิตของตัวเอง ไม่ใช่เป็นโรคขาดอาหาร เพราะขาดแคลนอาหาร แต่เป็นโรคขาดอาหารเพราะขาดแคลนปัญญา หรือเป็นโรคกินเกิน (overnutrition) เพราะกินโดยไม่ใช้ปัญญา รวมแล้วก็คือปฏิบัติไม่ถูก แล้วก็ตั้งจิตผิดทางนั่นเอง

เอาเป็นว่า ปัญหาสุขภาวะของคนไทยนี้ไม่อยากจะพูดละเอียดลงไปมาก เอาแค่ผิวเผินไว้แค่นี้ก็พอ คือรวบรัดว่า เรามีปัญหาทั้งที่ร่วมกับสังคมที่เขาพัฒนาไปแล้ว ซึ่งเขาเองก็มีปัญหามากมายอย่างที่เรียกว่าโรคอารยธรรม คือเจริญมากขึ้นแล้ว ก็มาเจอปัญหาโรคหัวใจมากขึ้น โรคเส้นเลือดในสมองตีบ หรือแตก อะไรต่างๆ จนกระทั่งมาถึงโรคอ้วนนี้ อันเป็นโรคประเภทที่เกี่ยวกับการดำเนินชีวิตไม่ถูกต้อง ที่ฝรั่งเรียกว่า unhealthy lifestyles

เดี๋ยวนี้ฝรั่งพูดกันมากว่า ปัญหาโรคภัยไข้เจ็บของเขาที่เกิดขึ้นนั้นมาจาก lifestyles ที่ผิดพลาด ซึ่งก็เป็นเรื่องที่ว่ากันมานานจนเก่าแล้ว

ส่วนปัญหาของไทยเราเอง ก็มีต่างหากที่เป็นเรื่องเฉพาะของตัวเองอยู่แล้ว ที่บอกว่าเรามีการศึกษาน้อย และนับว่ายากจน ก็เลยมาพันกับเรื่องของความเจ็บไข้ และยิ่งไม่มีปัญญาที่จะจัดการกับสิ่งแวดล้อมให้ดี เมื่อสิ่งแวดล้อมยิ่งเสีย ก็ยิ่งทับถมซ้ำเติมตัวเอง สุขภาพก็ยิ่งแย่ลงไปอีก เพราะว่าสิ่งแวดล้อมไม่ใช่จะมีปัญหาเฉพาะกับตัวคนเองตรงๆ เท่านั้น แต่สิ่งแวดล้อมที่เสียนั้น มันก็เสียแก่สัตว์และแก่พืชที่คนกินเข้าไปด้วย

พอคนไปกินสัตว์กินพืชที่เป็นพิษภัยมีสารเคมีเป็นต้น จะเป็นพิษจากน้ำ จากดิน จากอากาศ หรือจากอะไรก็ตาม เสร็จแล้วมันก็กลับมาเป็นโทษแก่ตัวคนเองอีก พันกันไปหมด เรียกว่าเป็นปัญหาในระบบความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัย รวมความว่าไม่ต้องลงลึกไปให้ถึงขั้นที่จะสาธยายอะไรๆ พูดแค่เป็นหัวข้อก็พอ



ระวัง! องค์รวม ไม่ใช่เหมารวม

ที่นี้ก็ลองสืบลงไปว่า ทำไมจึงเกิดปัญหาสุขภาวะอย่างนี้ ถ้าตอบแบบรวบรัด ก็อาจจะพูดสั้นๆ ง่ายๆ ว่า *เพราะเป็นอยู่ไม่เป็น* แม้แต่กินก็ *กินไม่เป็น* และเป็นอยู่ไม่เป็น ก็คือดำเนินชีวิตไม่เป็น

การดำเนินชีวิตนั้น เมื่อพูดตามภาษาแบบที่นิยมกันในปัจจุบัน ก็เป็นองค์รวมอย่างหนึ่ง องค์รวมแห่งการดำเนินชีวิตนั้น ก็คืออะไรๆ ทั้งหมดที่จะทำให้เราเป็นอยู่ หรือมีชีวิตอยู่ได้ มีทั้งกาย ทั้งใจ ทั้งปัญญา หมดทั้งระบบของมัน

การดำเนินชีวิตนี้เป็นระบบ เราพูดว่าจะต้องดำเนินชีวิตให้เป็น หรืออาจจะเปลี่ยนว่าให้ถูกต้องก็ได้ เมื่อเป็นอยู่ไม่ถูกต้อง ดำเนินชีวิตไม่ถูกต้อง มันก็เกิดปัญหาขึ้นมา

ทีนี้เรามองว่าชีวิตและระบบแห่งการดำเนินชีวิตนั้นเป็นองค์รวม ชีวิตที่ดำเนินชีวิตไปนั้นจึงมีหลายด้าน ไม่ว่าด้านไหนก็ตาม ถ้าเป็นอยู่หรือดำเนินผิดพลาดไป ก็เกิดปัญหาและส่งผลกระทบกันหมด

ชีวิตโดยตัวของมันเองก็เป็นองค์รวมอยู่แล้ว จึงมีองค์ประกอบมากมาย และมีด้านต่างๆ แล้วชีวิตนี้ยังเข้าไปเป็นองค์ร่วมขององค์รวมอื่นที่ใหญ่ขึ้นไปอีก องค์รวมอื่นที่ว่าชีวิตเข้าไปเป็นส่วนหนึ่งนั้น เอาที่สำคัญก็คือระบบของธรรมชาติ แล้วก็มีสังคมที่ว่าเราต้องเข้าเป็นสมาชิกด้วย องค์รวมหน่วยย่อยๆ ก็เป็นองค์ร่วมขององค์รวมใหญ่ๆ ขยายขึ้นไป

เป็นอันว่า องค์รวมทุกระดับประกอบด้วยองค์ร่วม และองค์รวมทุกอย่างนั้นจะดำเนินไปด้วยดี ก็ต่อเมื่อประดาองค์ร่วมเป็นอยู่เป็นไปด้วยดี ถ้าองค์ร่วมอันใดอันหนึ่งติดขัดแปรปรวน ไม่เป็นไปตามปกติ องค์รวมก็ย่อมมีความวิปริตแปรปรวนไปด้วย นี้เป็นเรื่องธรรมดาในระบบความสัมพันธ์ เพราะฉะนั้นเราจึงต้องมองที่สุขภาวะนี้ในฐานะที่มันเป็นระบบความสัมพันธ์ของเหตุปัจจัยในองค์รวม

ขอย้ำว่า ที่เรียกว่าองค์รวมนั้น ก็คือองค์รวมแห่งระบบความสัมพันธ์ของเหตุปัจจัยนั้นเอง คือองค์ร่วม หรือองค์ประกอบทั้งหลายที่สัมพันธ์กันและกัน โดยเป็นเหตุปัจจัยแก่กัน

ตรงนี้มีข้อพิจารณาอย่างหนึ่งว่า ***องค์รวม*** นั้น จะต้องไม่ใช่เหมารวม องค์รวมนี้ถ้ามองไม่ถูก จะกลายเป็นเหมารวม ถ้ามองแบบเหมารวมก็จะพลาด

องค์รวมนี้เตือนเราอยู่เสมอว่ามันประกอบไปด้วยองค์ร่วม หมายความว่า การที่องค์รวมจะอยู่ดีได้นั้น องค์ร่วมทุกอย่างที่มาประกอบเป็นองค์รวมนั้น จะต้องอยู่ในภาวะที่เป็นปกติ เรียบร้อยด้วยดี และไม่ใช่แค่มีองค์ประกอบครบถ้วนเป็นปกติเท่านั้น แต่องค์ร่วมหรือองค์ประกอบเหล่านี้มันมีการเคลื่อนไหว มีการทำหน้าที่ของมันเองด้วย ดังนั้นการเคลื่อนไหวทำหน้าที่ของมันจะต้องสัมพันธ์ประสานกลมกลืนกันดีกับองค์ร่วมอื่นด้วย



นี่ก็หมายความว่า การที่องค์รวมจะอยู่ดีนั้น ไม่ใช่แค่มีองค์ร่วมมาประกอบกันเท่านั้น แต่หมายถึงว่า ต้องมีระบบความสัมพันธ์ขององค์ร่วมทั้งหลายที่ดำเนินไปดีด้วย ดังนั้น ในการมององค์รวมนี้ สิ่งสำคัญก็คือต้องชัดไปหมดทั่วตลอดประดาองค์ร่วมที่ดำรงอยู่และดำเนินไปในความสัมพันธ์กันนั้น

แล้วการมององค์รวม ถ้าไปสุดโต่งก็จะเป็นเหมารวมอย่างที่ว่า คือจะมองอะไรพร่าไปหมดคลุมเครือ และจะไปสุดโต่ง ดังนั้นจึงอย่าเหมาว่าองค์รวมดีไปหมด

ยุคหนึ่งก็มุ่งแต่แยกส่วน อีกยุคหนึ่งก็จะไปองค์รวม ในอดีตก็เป็นกันมาแล้ว

บางยุคที่ว่าเป็นองค์รวม แต่ดูไปก็ได้แค่เหมารวม คือมองอะไรแบบรวมๆ จริง แต่เห็นพร่าๆ ไม่มีอะไรชัดสักอย่าง ก็ได้ประโยชน์บ้าง แต่ไม่ดีจริงหรอก

ต่อมาอีกยุคหนึ่งก็มุ่งแต่แยกส่วนออกไปๆ ดูแต่องค์ร่วม แต่ไม่เห็นทั้งองค์ร่วมและองค์รวม

ทั้งนี้เพราะว่า องค์ร่วมนั้นเมื่อมองในแง่แยกส่วนก็เห็นแต่ละอย่างๆ ไม่เห็นความเป็นองค์ร่วม และเมื่อแยกส่วน หรือแยกแยะเป็นส่วนย่อยๆ ออกไป ก็เลยไม่มองว่าส่วนย่อยๆ นั้นๆ มาสัมพันธ์กันอย่างไร มองแต่ละอย่างๆ ขาดจากกัน ก็ไม่สามารถมองเห็นองค์รวมได้ ดังนั้น การที่จะแยกแยะดูแต่ละอย่างโดยไม่ตระหนักว่ามันเป็นองค์ที่ประกอบกันอยู่ ถึงจะดูอย่างเดียวนั้น ชัดแค่ไหนก็เป็นเพียงการไปสุดโต่งเท่านั้น

เพราะฉะนั้น มนุษย์จึงมีความโน้มเอียงที่จะไปสุดโต่ง ๒ แบบ ด้านหนึ่งก็ไปหาองค์รวมที่คลุมเครือไม่ชัดเจน ไม่ใช่องค์รวมที่แท้จริง เป็นแค่เหมารวมอย่างที่ว่าแล้ว อีกด้านหนึ่งก็ไปทางแยกส่วน มองแต่ละอย่างขาดลอยจากกัน

ถ้าเราจะไม่ไปสุดโต่งทั้ง ๒ อย่าง ก็ต้องได้ครบทั้ง ๒ คือต้องได้ทั้งองค์ร่วมและองค์รวม หมายความว่า ทั้งแยกส่วนก็เก่ง วิเคราะห์ให้เห็นชัดเจนในแต่ละอย่าง แล้วก็รู้ด้วยว่าแต่ละอย่างนั้นมาสัมพันธ์กันอย่างไร ถ้ามันสัมพันธ์กันดี ได้สัดส่วนสอดคล้อง กลมกลืน ประสานเกื้อกูลซึ่งกันและกัน แล้วมันก็กลายเป็นองค์รวมปกติที่ดำเนินไปด้วยดี อันนี้แหละคือทางสายกลางที่มีความสมบูรณ์ในตัวเอง ดังนั้น พุทธศาสนาจึงเน้นระบบความสัมพันธ์ มากกว่าจะมุ่งแค่แยกแยะองค์ประกอบ เพราะว่าจากองค์ร่วมที่สัมพันธ์กันเป็นระบบที่ดี ก็จะเป็นองค์รวมที่สมบูรณ์ ดังนั้น ถ้าเราแยกเป็น ก็แยกไปเถอะ ยิ่งแยกแยะให้ชัดเจนเท่าไร ก็ยิ่งดี แต่ข้อสำคัญคืออย่าลืมมองความสัมพันธ์ ถ้าองค์ร่วมทั้งหลายสัมพันธ์กันด้วยดีแล้ว ก็คือการที่องค์รวมดำเนินไปด้วยดีนั่นเอง เพราะฉะนั้น เรื่ององค์รวมและองค์ร่วมนี้จะต้องดำเนินไปด้วยกัน ตัดแยกออกจากกันไม่ได้



องค์รวมของชีวิต ที่มีสุขภาวะ

ทีนี้ก็มาพูดถึงเรื่ององค์รวมและองค์ร่วม ในแง่ที่เกี่ยวกับสุขภาวะของคน

อย่างที่พูดแล้วเมื่อกี้นี้ เราจะดูการดำเนินชีวิตทั้งหมดของคน โดยเริ่มด้วยมองที่ชีวิต ซึ่งจะเป็นองค์ร่วมที่ไปสัมพันธ์ในองค์รวมที่ใหญ่ขึ้นไป

ชีวิตก็เป็นองค์รวมของมันเอง องค์รวมแห่งชีวิตนี้ ถ้าว่าตามหลักพุทธศาสนา เราแยกง่ายๆ ขั้นที่หนึ่ง ก็แยกเป็นกายกับใจ หรือรูปธรรมกับนามธรรม หรือพูดสั้นๆ ว่า **รูปกับนาม**

จากนั้นก็แยกย่อยออกไปๆ รูปธรรมก็แยกย่อยออกไปเป็นธาตุต่างๆ นามธรรมก็แยกย่อยออกไปเป็นส่วนประกอบต่างๆ จะแยกอย่างไรก็ได้ เวลาพูดรวมก็บอกว่าเป็นนามรูป หรือจะแยกตามระบบขันธ์ ๕ ก็เป็น ๕ อย่าง แล้วก็จำแนกกระจายออกไปๆ จะแยกให้ละเอียดพิสดารขนาดไหน ก็แยกกันไป แล้วแต่ความต้องการของเรา

ขอให้สังเกตว่า คำว่า **"นามรูป"** นี้แหละ คือคำที่ตามปกติท่านใช้เรียกชีวิตนี้ ซึ่งเป็นคำที่บ่งบอกในตัวทั้งองค์ร่วมใหญ่สองอย่าง **คือ ด้านจิตใจและด้านร่างกาย** ที่รวมเป็นคำ เอกพจน์อันแสดงถึงองค์รวมอันเดียว

อย่างไรก็ตาม การแยกแยะชีวิตในแง่องค์ประกอบของมันนั้น เป็นเพียงการมองด้านหนึ่งเท่านั้น คือมองดูชีวิตที่เหมือนกับว่าตั้งอยู่นิ่งๆ เพียงเป็นส่วนหนึ่งของธรรมชาติ แต่อีกด้านหนึ่งที่สำคัญก็คือ การมองดูชีวิตที่กำลังเคลื่อนไหว ดำเนินไปในท่ามกลางสิ่งแวดล้อม พูดสั้นๆ ว่ามองดู ***การดำเนินชีวิต*** ซึ่งก็เป็นอีกองค์รวมหนึ่ง คือองค์รวมแห่งการดำเนินชีวิต เป็นองค์รวมแบบเคลื่อนไหว

ย้ำอีกว่า ไม่ใช่เป็นเพียงตัวชีวิตเองเท่านั้น แต่คือชีวิตที่เป็นอยู่ดำเนินไปในสภาพแวดล้อม โดยเป็นองค์รวมย่อยที่สัมพันธ์กับองค์รวมย่อยอื่นๆ ภายใน และกับองค์รวมใหญ่ ตอนนี้ละที่สำคัญ คือ (องค์รวมแห่ง) การดำเนินชีวิต

การมองดูชีวิตที่เป็นอยู่ คือดูการดำเนินชีวิตนี้เป็นอย่างไร ในที่นี้จะขอทำความเข้าใจให้ชัดเจนเสียก่อนว่า เรามองชีวิต ๒ ชั้น คือ

๑. ชีวิตที่ถือว่ามีตัวตนเฉพาะของมัน ที่อยู่ในธรรมชาติ และมันก็เป็นส่วนหนึ่งของธรรมชาติ หรือเป็นธรรมชาติอย่างหนึ่ง

๒. ชีวิตนั้นที่กำลังดำเนินไป ซึ่งมีปฏิสัมพันธ์อยู่ท่ามกลางสิ่งแวดล้อม โดยเป็นองค์ร่วมอันหนึ่งในองค์รวมใหญ่

เราต้องมองชีวิตให้ตลอดทั้งสองชั้น แม้ว่าข้อที่หนึ่งจะสำคัญ แต่ข้อที่สองเป็นจุดเน้นในที่นี้อย่างแพทย์ก็ต้องเรียนข้อที่หนึ่งก่อน ต้องเรียนเรื่องร่างกาย เรียนสรีรวิทยา เรียนกายวิภาคแต่มันไม่จบเท่านั้น



ในที่นี้ เราจะมองสุขภาวะในความหมายที่กว้างขวางออกไป ก็ต้องมองดูว่า การดำเนินชีวิตที่ว่าเป็นองค์รวมนั้น ก็เป็นระบบอย่างหนึ่ง คือมันไม่ใช่เป็นองค์รวมเฉยๆ แต่เป็นองค์รวมแห่งระบบความสัมพันธ์ และในการที่จะให้มีสุขภาวะนั้นก็คือ เราจะต้องดูแลระบบความสัมพันธ์นี้ให้เป็นไปด้วยดี

ที่ว่าเป็นระบบความสัมพันธ์ก็คือ ถ้าเราแยกชีวิตออกไปเป็นด้านต่างๆ หรือเป็นองค์ประกอบด้านต่างๆ แล้ว องค์ประกอบด้านต่างๆ เหล่านั้นก็มีความสัมพันธ์เป็นเหตุปัจจัยแก่กันด้วย ไม่ใช่ขาดลอยจากกัน

ทีนี้เราก็มาดูว่าชีวิตของเรานั้นเป็นอยู่อย่างไร หรือพูดอีกสำนวนหนึ่งว่า การดำเนินชีวิตของเราคืออย่างไร

ด้านที่หนึ่ง ดูจากข้างนอกก่อน ชีวิตของเราสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม และสิ่งแวดล้อมก็แยกเป็น ๒ อย่าง คือ

๑. สิ่งแวดล้อมทางกายภาพ และ

๒. สิ่งแวดล้อมทางสังคม คือเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน

ทั้งสองอย่างนี้เราต้องสัมพันธ์ตลอดเวลา

ทีนี้ ในการสัมพันธ์นั้น เราสัมพันธ์ด้วยเครื่องมืออะไร หรือมีอะไรเป็นเครื่องติดต่อสื่อสาร ชีวิตของเรานั้น มีเครื่องมือหรือช่องทางสัมพันธ์กับโลกหรือสิ่งแวดล้อม ที่ทางพระเรียกว่า **"ทวาร"** ซึ่งแปลว่าประตู

ทวาร คือ ประตูนี้ มี ๒ ชุด ได้แก่

<u>**ชุดที่ ๑**</u> คือทวารหรือประตูที่เป็นช่องทางแห่งการรับรู้และการเสพ เรียกว่า ***ผัสสทวาร*** แต่นิยมเรียกว่า ***อินทรีย์*** มี ๖ อย่าง คือ

๑. ***ตา*** รับรู้และเสพด้วยการเห็น มอง หรือดู เรียกว่า **จักขุทวาร** เรียกง่ายๆ ว่า **จักขุ**

๒. ***หู*** รับรู้และเสพด้วยการได้ยินหรือฟัง เรียกว่า **โสตทวาร** เรียกง่ายๆ ว่า **โสตะ**

๓. ***จมูก*** รับรู้และเสพด้วยการได้กลิ่นหรือดม เรียกว่า **ฆานทวาร** เรียกง่ายๆ ว่า **ฆานะ**

๔. ***ลิ้น*** รับรู้และเสพด้วยการรู้รสหรือลิ้มหรือชิม เรียกว่า **ชิวหาทวาร** เรียกง่ายๆ ว่า **ชิวหา**

๕. ***กาย*** รับรู้และเสพด้วยการแตะต้องลูกคลำ เรียกว่า **กายทวาร** เรียกง่ายๆ ว่า **กาย**

๖. ***ใจ*** รับรู้และเสพอารมณ์ทุกประเภททั้งที่สืบเนื่องจาก ๕ ทวารแรก และที่เป็นส่วนเฉพาะของมันเอง เรียกว่า **มโนทวาร** เรียกง่ายๆ ว่า **มโน**

อนึ่ง ควรทราบด้วยว่า โดยสรุป อินทรีย์ ๖ นั้น ทำหน้าที่ ๒ อย่าง คือ



๑) **หน้าที่รู้** คือรับรู้ข้อมูลข่าวสาร เช่น ตาดู รู้ว่าเป็นอะไร ว่าเป็นปากกา เป็นนาฬิกา เป็นดอกไม้ ใบไม้สีเขียว สีเหลือง รูปร่างยาว สั้น ใหญ่ เล็ก หูได้ยินเสียงว่า ดัง เบา เป็นถ้อยคำสื่อสารว่าอย่างไร เป็นต้น

๒) **หน้าที่รู้สึก** หรือรับความรู้สึก พร้อมกับรับรู้ข้อมูล เราก็มีความรู้สึกด้วย บางทีตัวเด่นกลับเป็นความรู้สึก เช่น เห็นแล้วรู้สึกสบายหรือไม่สบาย ถูกตาไม่ถูกตา สวยหรือน่าเกลียด ถูกหูไม่ถูกหู เสียงนุ่มนวลไพเราะ หรือดังแสบแก้วหู รำคาญ เป็นต้น

- **หน้าที่ด้านรู้ เรียกง่ายๆ ว่า ด้านเรียนรู้ หรือศึกษา**
- **หน้าที่ด้านรู้สึก เรียกง่ายๆ ว่า ด้านเสพ**

พูดสั้นๆ ว่า อินทรีย์ทำหน้าที่ ๒ อย่าง คือ ศึกษา กับเสพ

ถ้าจะพัฒนาชีวิต ก็ต้องใช้อินทรีย์เพื่อรู้ หรือศึกษาให้มาก

<u>**ชุดที่ ๒**</u> คือ ทวาร หรือประตู ที่เป็นช่องทางแสดงออกซึ่งพฤติกรรมในการสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมนั้น เรียกว่า ***กรรมทวาร*** แบ่งออกเป็น ๓ คือ

ก) **โดยการเคลื่อนไหว** ใช้ร่างกาย ใช้มือ ใช้เท้า ทำโน่นทำนี่ เรียกว่า ***กายทวาร*** คือ**ประตูกาย**

ข) **โดยการพูด** ใช้ถ้อยคำ เจรจาปราศรัยกับคนอื่น เรียกว่า ***วจีทวาร*** คือ**ประตูวาจา**

ค) **โดยการคิด** เราคิดต่อสิ่งแวดล้อม ต่อเพื่อนมนุษย์ ต่อสิ่งทั้งหลายว่าจะเอาอย่างไรๆ และก็ตั้งเจตนาก่อนจะออกไปสู่การพูดการทำ เรียกว่า ***มโนทวาร*** คือ**ประตูใจ**

อันนี้คือช่องทางในการสัมพันธ์ด้วยการกระทำต่อสิ่งแวดล้อม

ขอให้สังเกตว่า ในสองชุดนี้มีข้อที่ซ้ำชื่อกัน ๒ อย่าง คือ กาย และใจ แต่มีแง่ความหมายต่างกัน

กายในชุดที่ ๑ เป็นเรื่องของผัสสะ คือการรับรู้ เช่นว่า เย็น ร้อน อ่อน แข็ง เป็นต้น แต่กายในชุดที่ ๒ เป็นเรื่องของกรรม คือการทำการหรือกิจกรรมต่างๆ เช่น เคลื่อนไหว จับโน่นจับนี่ ยึด ดึง ผลัก ดัน ก้าวเดิน กระโดด เป็นต้น

ใจในชุดที่ ๑ เป็นเรื่องของการรับรู้ โดยเป็นศูนย์รวมในการรับรู้ ไม่ว่าจะเป็นอารมณ์ที่มาทางตา ทางหู ทางจมูก ฯลฯ จะได้เห็น ได้ยิน ได้กลิ่น ฯลฯ ก็ตาม ความเข้ามาที่**มโน** ให้จิตใจรับรู้หมด แล้วจากจุดรวมคือ**มโน** คือใจที่รับรู้ มันก็เป็นจุดเริ่มทางด้านการกระทำ คือเป็นประตูแรกของการกระทำด้วย ได้แก่ คิด จากใจรู้แล้วใจก็คิด โดย**ใจ**นั้นก็เป็นศูนย์รวมในการกระทำด้วย คือ เป็นจุดเริ่มที่ขยายไปสู่การพูดและการทำ

อาจจะเขียนเป็นแผนภาพให้เข้าใจง่ายขึ้น ดังนี้

ตา - เห็น
หู - ได้ยิน
จมูก - ได้กลิ่น → ใจ : รู้อารมณ์ ➡ คิด → **กาย** - ทำ / **วาจา** - พูด
ลิ้น - รู้รส
กาย - รู้ร้อนแข็ง

เป็นอันว่า **มโน** คือ**ใจ** เป็นทั้งศูนย์รวมของการรับรู้-เสพ เป็นทั้งศูนย์รวมของการกระทำ และเป็นจุดบรรจบหรือจุดรับช่วงสืบต่อจากการรับรู้สู่การกระทำ

เรามีประตูหรือช่องทางสำหรับติดต่อสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมภายนอกสองชุด คือ **"ผัสสทวาร"** ประตูสำหรับรับรู้ ๖ และ **"กรรมทวาร"** ประตูสำหรับทำการ ๓ อย่างนี้ ซึ่งที่จริงมันก็คือเครื่องมือที่จะช่วยให้ชีวิตของเราพัฒนาไปด้วยดีนั่นเอง

เราจะต้องมีความสัมพันธ์ที่ดีโดยประตูทั้งสองชุดนี้ ถ้าเรามีความสัมพันธ์ที่ไม่ถูกต้องเมื่อไร ก็จะเกิดปัญหาต่อสุขภาวะ และปกติภาวะทุกอย่าง ขัดขวางต่อวิชชา วิมุตติ วิสุทธิ สันติ คือต่ออะไรๆ ทุกอย่างที่ได้พูดมา

สิ่งแวดล้อมนั้น ทางพระเรียกว่า โลก คำว่า **"โลก"** ในที่นี้ หมายถึงสิ่งแวดล้อมทั้งหมด คือรวมทั้งสัตวโลกคือสังคม และสังขารโลกคือสิ่งแวดล้อมทางด้านกายภาพทั้งหลาย คลุมถึงโอกาสโลก คือโลกในอวกาศด้วย

พูดง่ายๆ ว่า การที่จะมีสุขภาวะได้นั้น เราจะต้องจัดการหรือบริหารการติดต่อสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทั้งสองสายนี้ให้เป็นไปด้วยดี

นี้เป็นด้านหนึ่งแห่งการดำเนินชีวิตที่ดีของเรา เรื่องจึงยังไม่จบเท่านี้

จะสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมอย่างไร มีตัวกำกับอยู่ในแดนของจิตใจ

ต่อจากนี้ ที่ลึกเข้าไปคือด้านจิตใจ ซึ่งมีเจตจำนงเป็นตัวเชื่อมออกมาสู่ความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม การที่เราจะดู จะฟัง จะดม จะพูด จะทำอะไรอย่างไรนั้น มีอะไรกำหนดหรือชักนำกำกับอยู่เบื้องหลัง

ตัวที่ชักนำกำหนดกำกับนั้นอยู่ในใจ ก็คือเจตจำนง หรือเจตนานี่เอง เป็นตัวเริ่มต้นตั้งเรื่องและนำไปว่าจะเอาอย่างไร ถ้าไม่มีเจตจำนง ไม่มีความตั้งใจมุ่งหมายแล้ว การพูดการกระทำก็เลอะเทอะเลื่อนลอย เหมือนกับใบไม้ที่ร่วงหล่น เหมือนกิ่งไม้ที่ผุแล้วก็หักลงมา หรือเหมือนใบไม้หรือกิ่งไม้ที่ถูกลมพัดแกว่งไปแกว่งมา ไม่มีความหมายอะไร

ด้วยเหตุนี้ เจตนาที่เป็นองค์ประกอบในด้านจิตใจนี้จึงเป็นสิ่งสำคัญ เป็นตัวเชื่อมโยงจิตใจออกมาสู่การสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทั้งด้วยผัสสทวารและด้วยกรรมทวาร



ดูต่อไปอีก เจตนาหรือเจตจำนงที่ว่าจะไปทางไหนจะเอาอย่างไรนั้น ก็มีแรงจูงใจมาเป็นตัวชักพาอีกที คือเจตนา จะไปไหนอย่างไรก็แล้วแต่แรงจูงใจ แล้วแรงจูงใจจะเป็นอย่างไรก็แล้วแต่คุณสมบัติตัวปรุงแต่งทั้งหลายที่แวดล้อมอยู่เบื้องหลังในจิตใจคอยปรุงแต่งมันอีก

คุณสมบัติเหล่านี้มีมากมาย (เรียกว่าเจตสิก) มีทั้งที่ดีและที่ชั่ว ที่เรียกว่า บุญว่าบาป เรียกว่า กุศลหรืออกุศล เช่น ความโลภ ความโกรธ ความหลง ความหวง ความริษยา ศรัทธา เมตตา กรุณา สติ ปัญญา เป็นต้น เป็นตัวที่มาปรุงแต่งเจตนา แล้วเจตนาก็แสดงตัวออกมาทางทวารทั้งสองชุดนั้นแหละ มาทำให้เราใช้ทวารนั้นสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมอย่างไร จะได้ประโยชน์หรือเกิดโทษด้วย

มองด้านหนึ่ง เราเห็นได้ว่า การสัมพันธ์ปฏิบัติต่อสิ่งแวดล้อมจะดำเนินไปได้ ต้องอาศัยเจตนาและแรงจูงใจเป็นต้นในแดนของจิตใจ เป็นตัวกำกับบังคับบัญชา แต่เมื่อมองในทางย้อนกลับก็เห็นได้ชัดเช่นกันว่า แดนของจิตใจที่แสดงตัวออกมาทางเจตนานั้น ก็ได้อาศัยแดนความสัมพันธ์ปฏิบัติต่อสิ่งแวดล้อมนั่นแหละ เป็นช่องทางระบายความปรารถนาหรือเครื่องมือสนองความต้องการของมัน

แต่รวมแล้ว นี้ก็คือเราเข้ามาถึงแดนที่สองของการดำเนินชีวิต

ในแดนที่สองแห่งจิตใจนี้ ถ้าแยกแยะออกไปอีก ก็จะมีภาวะจิต หรือสภาพจิตต่างๆ มากมายที่ภาษาฝรั่งเรียกว่า emotions ซึ่งคนไทยเราไปแปลกันว่าอารมณ์ ก็เลยเกิดความสับสน

ตอนนี้ที่จริงเราจะต้องมาแก้ไขปัญหาเรื่องความหมายของศัพท์ด้วย เราแปล emotion ว่าอารมณ์มาไม่รู้กี่สิบปีแล้ว เมื่อประมาณครึ่งศตวรรษที่แล้ว ในทางวิชาการมีความพยายามที่จะบัญญัติศัพท์ใหม่ โดยให้ใช้ศัพท์บัญญัติสำหรับ emotion ว่า **"อาเวค"** แต่ไม่ติด **"อาเวค"** อยู่ในบัญชีศัพท์บัญญัติทางปรัชญาโดยเป็นคำแปลของ emotion มาจนบัดนี้ แต่แทบไม่มีใครรู้ คนก็ใช้คำว่า **"อารมณ์"** กันเรื่อยมาตามเดิม

แม้แต่เมื่อเราไปได้ยินฝรั่งพูดถึงเรื่องพัฒนาการ คือ development ๔ ด้าน (ที่พอดีมาตรงกับพระพุทธศาสนาในด้านศัพท์ แต่ความหมายไม่ตรงกันแท้ ซึ่งน่าจะต้องพูดกันต่อไป) เราก็ใช้คำแปลที่ทำให้เกิดความสับสนกันมาจนบัดนี้ คือ

๑. Physical development พัฒนาการทางกาย

๒. <u>Mental</u> development[๑] เราแปลกันว่า พัฒนาการทาง<u>จิตใจ</u>

๓. <u>Emotional</u> development เราแปลกันว่า พัฒนาการทาง<u>อารมณ์</u>

๔. Social development พัฒนาการทางสังคม

---

[๑] ปัจจุบันนิยมเปลี่ยนมาใช้คำว่า Cognitive development (ดูอธิบายข้างหน้า)



การที่เราแปล emotion ว่าอารมณ์นี้ นอกจากทำให้เกิดปัญหาในตัวมันเองที่ไม่ชัดเจนชั้นหนึ่งแล้ว ยังทำให้แปลคำว่า mental คลาดเคลื่อนไปด้วย

(ต่อมาเร็วๆ นี้ คนไทยบางคนคงสงสัยว่า ฝรั่งนี้ถ้าจะมองพัฒนาการของเด็กไม่ครบก็เลยเติม **"พัฒนาการทางปัญญา"** เข้าไป กลายเป็นพัฒนาการ ๕ ด้าน ที่ยิ่งคลุมเครือ เหมือนกับฟ้องตัวเองว่าเราไม่รู้ที่ไปที่มา ความเป็นไปเป็นมา และความหมายที่แท้จริงของความคิด ถ้อยคำและเรื่องราวนี้)

ที่ไปที่มาของเรื่องนี้ก็คือ John Dewey (๑๘๕๙-๑๙๕๒) นักปรัชญาและนักการศึกษาเจ้าทฤษฎีที่มีอิทธิพลมากที่สุดต่อขบวนการ progressive education ในอเมริกา ซึ่งที่จริงเป็นเรื่องที่สืบกันมานานแล้วก่อน John Dewey (ในยุโรปตั้งแต่คริสต์ศตวรรษที่ ๑๗)

ท่าน John Dewey เป็นผู้นำสำคัญที่ได้พัฒนา และทำให้แนวคิดเรื่องนี้แพร่หลายไปเป็นอย่างยิ่ง และมาโด่งดังมากในเมืองไทยช่วงทศวรรษต่อจาก พ.ศ. ๒๕๐๐ ตอนนั้นในวงวิชาการการศึกษาในเมืองไทยเรามักเรียกท่านว่า จอห์น ดุย

อิทธิพลของ progressive education นี้ เด่นขึ้นมากับคติทางการศึกษาที่จำกันแม่นด้วยความนิยมชมชื่น เช่น child-centered education; learning by doing; total development of the individual หรือ education of the "whole child" แล้วตรงนี้แหละก็มาถึงแนวคิดเรื่องพัฒนาการ ๔ ด้านนี้

ขอแทรกนิดหนึ่งว่า ในเมืองไทยเราช่วงทศวรรษนี้ child-centered education ได้กลับเฟื่องฟูขึ้นมาอีก และมีการเน้นย้ำกันเป็นการใหญ่ แต่ดูๆ ฟังๆ ไปไม่แน่ใจว่าเป็น child-centered education ที่ถูกต้องตามความหมายของเจ้าของแหล่งความคิดนั้นหรือเปล่า บางทีเหมือนกับว่าพูดฮือกันไปแบบสมัยนิยมหรือแฟชั่น

อย่าว่าแต่เมืองไทยตอนนี้ ที่ห่างต้นแหล่งมาไกลทั้งด้านกาลเวลาและระยะทางเลย แม้แต่ในอเมริกาเองในยุคของ John Dewey นั่นแหละ เจ้าตัว John Dewey ยังต้องห่วงกังวลและวุ่นวายกับปัญหาที่พวกลูกศิษย์หรือผู้เลื่อมใสไฟแรงนำเอาแนวคิดของเขาไปใช้ แต่มีความเข้าใจไม่ชัดเจนเพียงพอ แล้วทำให้เกิดภาวะเลยเถิดและความบกพร่องขึ้นใน progressive education เขาถึงกับเขียนไว้ในหนังสือ Experience and Education (๑๙๓๘) ว่ากล่าวอย่างแรงต่อพวกนักการศึกษาที่มุ่งแต่จะล่อเร้าความสนใจของเด็ก หรือทำให้เด็กสนุกสนานบันเทิงแล้วก็เอาแต่กิจกรรมโดยไม่ใส่ใจเนื้อหาบทเรียน

กว้างออกไปในระดับสังคมประเทศชาติ เมื่อ ค.ศ. ๑๙๕๔ ทั้งสหรัฐและสหภาพโซเวียตต่างก็ตกลงว่าจะเตรียมสร้างดาวเทียมสำหรับปล่อยขึ้นไปในปีภูมิกายภาพนานาชาติ (IGY, ๑๙๕๗-๑๙๕๘)



พอถึงปี ค.ศ. ๑๙๕๗ (๔ ต.ค. ๒๕๐๐) โซเวียตก็ปล่อยดาวเทียมดวงแรกของโลก คือ สปุ๊ตนิก ๑ (Sputnik ๑ หนัก ๘๓.๖ กก.) ขึ้นไปสำเร็จ นำโลกเข้าสู่ยุคอวกาศ หรือ space age แล้วถัดมาอีกไม่เต็มเดือน คือ ๓ พ.ย. ๒๕๐๐ ก็ปล่อย Sputnik ๒ (หนัก ๕๐๘ กก.) ที่มีสุนัขชื่อ ไลก้า (Liaka) ขึ้นไปด้วย

ทางฝ่ายอเมริกา หลังโซเวียตปล่อย Sputnik ๑ ขึ้นไปแล้วได้ ๒ เดือน ๒ วัน (๖ ธ.ค. ๒๕๐๐) จึงได้ทำการปล่อยยานทดสอบ Vanguard มีดาวเทียมดวงจิ๋วเส้นผ่าศูนย์กลางเพียง ๑๕ ซม. หนักแค่ ๑.๓๖ กก. แต่จรวดจิ๋วขึ้นไปได้ ๓ ฟุต ก็โงนเงน ล้มลงมาระเบิดเสีย เป็นอันไม่สำเร็จ

พอโซเวียตปล่อยสปุ๊ตนิก ๑ ขึ้นไปสำเร็จ อเมริกาที่กำลังชื่นชมใน child-centered education ก็ตีกลับ พลิกตรงข้าม คนอเมริกันพากันเสียใจ ท้อใจ หดหู่ใจ คับแค้นใจมาก ก็เลยหันมาโทษการศึกษาของตัวเองว่า child-centered education นี้แหละเป็นตัวร้ายที่ทำให้การศึกษาของตนตกต่ำ ทำให้เด็กอ่อนแอ ขาดวินัย ไม่มีความเข้มแข็ง วิชาการอ่อน แพ้โซเวียต โดยทำให้เกิดความอ่อนแอทั้งทางวิชาการ และอ่อนแอด้านบุคลิกภาพ เขาว่าอย่างนั้น นี่เป็นบทเรียนเก่าของอเมริกา เราก็อย่าลืมชายตามองไว้ด้วย

เป็นอันว่า child-centered education ที่เรากำลังชื่นชมกันมากนี้ เคยโดนติเตียนด่าว่ามาหนักแล้วในอเมริกา เมื่อเบื่อหน่าย child-centered education แล้ว ก็หันกลับไปหา teacher- and subject-centered education กันใหม่ เพราะฉะนั้น หลังปี ๑๙๕๗ อเมริกาจึงหวนกลับไปหาการศึกษาที่เน้นเนื้อหาและวินัยอีกครั้ง จนกระทั่งประมาณปี ๑๙๘๘ จึงได้หันกลับมาเอา child-centered education อีกที

นี่ก็หมายความว่า ลูกตุ้มอเมริกันมันแกว่งไปแกว่งมา แกว่งไปซ้ายที แกว่งมาขวาที ไทยเราไม่น่าจะลืมตัวมัวหลงใหลแกว่งไปตามอเมริกันมากนัก ต้องดูให้ดีว่าอเมริกันเป็นอย่างไร หาความรู้และทำความเข้าใจกันให้ชัดเจนว่า child-centered education กับ teacher-centered education หรือ subject-centered education นั้นมันอย่างไรกันแน่ และแค่ไหนมันจึงจะดี

ไม่ใช่ว่า พอเขา subject-centered เราก็ subject-centered บ้าง เดี๋ยวเขา child-centered มา เราก็พลอย child-centered ด้วย ไม่ควรจะแค่ไหลไปตามกระแส แต่ควรจับหลักให้ดี

นี่ก็นอกเรื่องไปแล้ว แต่ที่จริงก็ไม่ถึงกับนอกเรื่อง ควรจะเรียกว่าได้ใช้เวลาออกไปพูดเรื่องประกอบ เพราะเรื่องที่ว่ามานั้น ถ้ามองให้ดี จะเห็นว่าก็เกี่ยวข้องกับสุขภาวะด้วย

เมื่อรู้ไม่ชัด ก็คิดไม่ชัด เมื่อคิดไม่ชัด ปฏิบัติการก็วิบัติ

ขอย้อนกลับมาที่เรื่องของสุขภาวะ เมื่อกี้พูดถึงเรื่อง development หรือพัฒนาการ ๔ ด้าน ในแง่ของถ้อยคำว่า เราเฉไปกับคำแปลของ emotional แล้วพลอยแปลคำว่า mental พลาดไปด้วย

ที่ว่านี้ หมายความว่า การแปล emotion ว่า **"อารมณ์"** เป็นจุดที่ทำให้เขว เพราะ **"อารมณ์"** เป็นคำจากภาษาบาลีคำหนึ่งที่เมื่อนำมาใช้ในภาษาไทยได้มีความหมายเพี้ยนไป

ในภาษาไทยเรามีคำมากมายที่เพี้ยนความหมาย อย่างเดี๋ยวนี้คำที่กำลังนิยมใช้ในความหมายที่เพี้ยนจากเดิม ก็เช่นคำว่า **"สังคายนา"** ที่เราใช้ในความหมายว่าชำระสะสาง ซึ่งไม่ใช่ความหมายเดิมในภาษาบาลี

"อารมณ์" ก็เป็นคำหนึ่งที่มีความหมายเพี้ยนไป ท่านที่เรียนทางธรรมมาย่อมรู้ว่า ตามความหมายเดิมในภาษาบาลีนั้น **"อารมณ์"** คือสิ่งที่จิตยึด-จับ-รับรู้ คล้ายกับคำว่า **"ประสบการณ์"** คือ experience นั่นเอง แต่ experience มีความหมายกว้างใหญ่ไม่กระชับ วงการศึกษาธรรมจึงแปลกันให้ตรงลงไปว่า **"อารมณ์"** คือ Sense-object

ยกตัวอย่าง เช่น รูป ภาพ สิ่งที่เราเห็น ก็เป็นอารมณ์ คือ**อารมณ์ทางตา** เสียง ก็เป็นอารมณ์ คือ**อารมณ์ทางหู** กลิ่น ก็เป็นอารมณ์ คือ**อารมณ์ทางจมูก** รสต่างๆ ก็เป็นอารมณ์ คือ **อารมณ์ทางลิ้น** สิ่งที่เราสัมผัส เย็นร้อน อ่อนแข็ง ก็เป็นอารมณ์ คือ**อารมณ์ทางกาย** สิ่งที่ใจรู้ ใจรู้สึก ใจนึก ใจคิด ก็เป็นอารมณ์ คือ**อารมณ์ทางใจ**

คงจะเป็นเพราะว่า พอพูดถึงคำว่า อารมณ์ เรามักไม่ติดอยู่แค่อารมณ์ทางใจ คือ สิ่งที่ใจรู้ ใจรู้สึก ใจนึกคิด และแม้แต่อารมณ์ทางใจนั้นก็มักเอาเฉพาะด้านความรู้สึก ไปๆ มาๆ คำว่า **"อารมณ์"** ก็ถูกเข้าใจและถูกใช้ในความหมายที่แคบลงไปๆ แล้วในที่สุดก็เพี้ยนไป จนอารมณ์มาตรงกับ emotion

ทีนี้พอฝรั่งพูดถึง emotional development เราก็เลยแปลว่าพัฒนาการทางอารมณ์ ซึ่งก็เข้าใจกันได้ตามความหมายแบบไทยๆ ที่ว่ามานั้น แต่พอเจอ mental development อีกตัว ก็เลยเกิดเรื่อง

mental นั้นเป็นคำง่ายๆ เรารู้กันดี เคยแปลกันว่า **"ทางจิตใจ"** เราก็เลยแปล mental development ว่าพัฒนาการทางจิตใจ

เราไม่นึกสงสัยบ้างหรือว่า **"อารมณ์"** ตามความหมายแบบไทยเรานั้นก็เป็นเรื่องทางจิตใจ เมื่อแปลอย่างนั้น สองข้อจะไม่ซ้ำกันหรือ

เราไม่นึกสงสัยบ้างหรือว่า เมื่อเราแปลอย่างนั้น ในพัฒนาการ ๔ ด้านก็ไม่มีเรื่องปัญญาเลย แล้วฝรั่งเจ้าตำรับบอกว่านี่เป็นการพัฒนา the whole child แสดงว่าฝรั่ง เช่น Dewey นั้นแย่มาก ไม่นึกถึงว่าเด็กจะต้องมีพัฒนาการทางปัญญา นี่เป็นไปได้หรือ

นี่แหละ คนไทยบางท่านคงนึกว่าชุดเดิมที่ว่า (ตามฝรั่ง) กันมา ขาดข้อปัญญา ในระยะนี้ก็เลยได้ยินออกวิทยุและได้เห็นในหนังสือพิมพ์ บางทีเติมเข้าไปเป็นพัฒนาการ ๕ ด้าน คือ พัฒนาการทางกาย พัฒนาการทางจิตใจ พัฒนาการทางอารมณ์ พัฒนาการทางสติปัญญา และพัฒนาการ



ทางสังคม โดยเอา ๔ ข้อเก่าไว้อย่างเดิม แต่มีพัฒนาการทางปัญญาเพิ่มขึ้นมาอีก ๑ ข้อ แปลว่า ฝรั่งตกไป ฝรั่งบกพร่อง รู้ไม่ครบ บอกได้แค่ ๔ แต่ที่จริงฝรั่งเขาก็ครบพอสมควรในระดับหนึ่ง

ที่จริง เราน่าจะได้สังเกตด้วยว่า ชุดพัฒนาการ/development ๔ ด้านของฝรั่งนั้น บางครั้ง แทนที่จะมี mental development เขาเปลี่ยนเป็น intellectual development คือ ถ้ามี intellectual development ก็ไม่มี mental development ถ้ามี mental development ก็ไม่มี intellectual development (ใช้ mental กับ intellcectual เป็น alternative terms)

พร้อมกันนั้น เราก็คงสังเกตเห็นว่า คำว่า mind และ mental ของฝรั่งนั้น มีความหมายกว้างแบบคลุมๆ ไม่ชัดเจน ถ้ามาคำเดียว อาจหมายถึงความคิด เป็นเรื่องสติปัญญา หรือสมองก็ได้ และอาจจะคลุมไปถึงเรื่องทางจิตใจ รวมถึงความรู้สึกด้วยก็ได้

ด้วยเหตุนี้ เราจึงเห็นฝรั่งใช้คำคู่บ่อยๆ เพื่อช่วยแยกความหมายให้ชัดขึ้น เช่น พูดหรือเขียนว่า mind and heart บ้าง head and heart บ้าง thoughts and emotions บ้าง mind and emotion บ้าง ซึ่งจะเห็นว่าในกรณีที่ใช้คำคู่เพื่อแยกให้ชัดอย่างนี้ เขาให้ mind หมายถึง ด้านความคิด เหตุผล ด้านสมอง หรือสติปัญญา ไม่ใช่ด้านความรู้สึกหรือภาวะจิตใจ

โดยเฉพาะคู่สุดท้าย คือ mind and emotion (ซึ่งในรูปคุณศัพท์ก็คือ mental and emotional) ฝรั่งก็ใช้บ่อย เพราะเกรงว่าถ้าใช้ mind คำเดียว คนจะมองแค่ด้านความคิดเหตุผล ก็จึงใส่ emotion ควบไว้ด้วย เป็นการบอกย้ำว่าครบหมดทั้งด้านความคิดและความรู้สึกนะ

นี่ก็เลยเป็นการบอกไปด้วยว่า mind กับ emotion เป็นคนละด้าน โดยแยกความหมายให้เห็นความแตกต่างกันเสร็จไปด้วย

อนึ่ง ที่ว่า mind และ mental เมื่อมาเดี่ยวๆ อาจจะใช้ในความหมายกว้างๆ คลุมๆ ทั้งด้านความคิด และความรู้สึก เช่นในคำว่า mental health และ mental illness เป็นต้นนั้น เมื่อมองดูให้ชัดอีกหน่อยจะพบว่า ตามปกติ ถึงจะมาเดี่ยวๆ นั่นแหละ mind และ mental ก็มีความหมายเอียงมาในข้างความคิดหรือสติปัญญาอยู่แล้ว

อย่างในศัพท์วิชาการคุ้นๆ บางคำที่ใช้กัน ก็บอกชัดอยู่แล้ว เช่น mental age ก็รู้กันในการแปลว่า คือ อายุสมอง (เราไม่แปลว่า อายุจิตใจ) หรือคำพื้นๆ ว่า mental ability ก็คือ intellectual capacity หรือ brainpower และ mental retardation ก็คือสมองทึบ (low IQ)

เป็นอันเอาแค่ง่ายๆ ว่า mind นี้ ถ้ามาคู่กับ emotion หรือถ้า mental มาคู่กับ emotional แล้ว mind หรือ mental ก็ต้องเป็นด้านสติปัญญา ความคิด ด้านสมอง และ emotion หรือ emotional ก็เป็นด้านความรู้สึก เป็นเรื่องของจิตใจ คือเป็นสภาพจิต หรือภาวะจิต อย่างที่ฝรั่งพูดว่า state of mind เช่น ความโกรธ ความโลภ ความหลง ความดีใจ เสียใจ



ถึงตอนนี้ ในเรื่อง development/พัฒนาการ ๔ ด้านนั้น ก็ควรจะแปลให้แน่ชัดลงไปเสียทีว่า emotional development ก็คือ **"พัฒนาการทางจิตใจ"** หรือจะแปลอย่างเดิมแบบไทยๆ ว่าพัฒนาการทางอารมณ์ ก็ให้รู้กันไปเลยว่ามีความหมายตรงกับพัฒนาการทางจิตใจนั่นแหละ (จะเอาพัฒนาการทางอารมณ์ หรือจะเอาพัฒนาการทางจิตใจ ก็เลือกเอาอย่างเดียวให้แน่ชัดและเสร็จไป ไม่ต้องไปซ้ำซ้อนสับสน)

ส่วน mental development ก็คือ intellectual development ซึ่งต้องแปลว่า **"พัฒนาการทางปัญญา"** แน่ชัดอยู่แล้ว

พึงทราบว่า ในระยะหลังนี้ ในทางวิชาการ โดยเฉพาะจิตวิทยาการศึกษา มีการหันไปใช้คำว่า **"cognitive development"** (เท่าที่ค้นได้ขณะนี้ พบใช้เก่าสุดคือปี ๑๙๗๒ แต่ถ้าว่าตาม Oxford English Dictionary ชุดใหญ่ มีตัวอย่างที่ใช้ครั้งแรกปี ๑๙๗๔) แทน mental development ที่เป็นคำเก่าซึ่งใช้กันมาแสนนาน (ว่าตาม Oxford English Dictionary ก็ใช้กันมากว่าศตวรรษ ตั้งแต่ราว ค.ศ. ๑๘๕๔ หรือ ๑๘๕๘)

ส่วน development ด้านอื่นๆ ยังคงใช้คำศัพท์เดิม แต่มักเอาพัฒนาการทางจิตใจ (หรือจะเรียกว่าพัฒนาการทางอารมณ์ ก็แล้วแต่) กับพัฒนาการทางสังคม รวมเข้าเป็นข้อเดียวกัน เป็น emotional and social development และมีเรื่องปลีกย่อยอื่นอีก ซึ่งจะไม่พูดในที่นี้ให้ฟั่นเฝือ

ได้ใช้เวลาไปมากมายกับคำแปลของสองข้อในเรื่องพัฒนาการ ๔ ด้าน บางท่านอาจจะนึกว่าไม่น่าจะเสียเวลากับเรื่องนี้มากเกินควร แต่ที่จริงเป็นเรื่องที่ควรต้องยอมเสียเวลา เพราะเอาอย่างง่ายที่สุด สังคมไทยในระดับของคนที่มีอิทธิพลทางปัญญา ได้พูดได้ใช้ถ้อยคำและแนวคิดนี้กันมาประมาณ ๔๐ ปีแล้ว ซึ่งก็หมายความว่าความสับสนพร่ามัวในเรื่องนี้ได้มีมาเกือบครึ่งศตวรรษแล้ว เวลาที่เราใช้ที่นี่แค่นี้ต้องนับว่าคุ้ม

มองลึกลงไปในทางเหตุผล เราต้องถือว่าเรื่องอย่างนี้สำคัญมาก เพราะถ้อยคำเป็นเครื่องสื่อความหมาย บอกไปถึงข้อมูล และสื่อความคิดความเข้าใจของผู้พูด ถ้าถ้อยคำสื่อความหมายไม่ชัด คนฟังก็ได้ความรู้ที่ไม่ชัด ยิ่งคนพูดเองก็ใช้ถ้อยคำโดยไม่เข้าใจชัดด้วย คนฟังก็ยิ่งสับสนหรือเข้าใจผิดไปเลย

อย่างน้อย เมื่อรู้ไม่ชัด ก็คิดไม่ชัด เมื่อคิดไม่ชัด ปฏิบัติการก็ผิดพลาด ไม่สำเร็จ หรือไม่ได้ผลดี ถ้าเป็นกรณีวิกฤต อย่างการศึกสงคราม ก็อาจถึงกับเสียบ้านเสียเมืองพินาศวอดวาย

ในเรื่องที่สำคัญต่อชีวิตและสังคมอย่างการศึกษาหรือการพัฒนามนุษย์นี้ จะต้องพูดด้วยความตระหนักในความรับผิดชอบ โดยทำให้มั่นใจแก่ตนเองว่า ที่จะพูดนั้น ตนรู้เข้าใจชัดเจนแล้ว ไม่ใช่พูดไปเพียงด้วยเห็นว่า เป็นถ้อยคำที่ฟังดูโก้หรูดี

โดยเฉพาะในที่นี้ เรื่อง development/พัฒนาการ ๔ ด้านนั้น มีแง่ที่ควรใส่ใจสำคัญ ๓ อย่าง คือ



๑) เป็นแนวคิดในการพัฒนาคนซึ่งเข้าลักษณะที่เรียกว่าเป็นแบบองค์รวม ดังคำพูดในสายความคิดของเขาว่า **"...to educate the 'whole child'"** หรือ **"total development of the individual"** และได้ถือเป็นหลักในการจัดการปัญหาสมัยใหม่แบบตะวันตก ที่ไทยเราดำเนินตามมากว่าครึ่งศตวรรษ ไม่ว่าจะอย่างไร อย่างน้อยก็ต้องรู้เท่าทันไว้

๒) จะมองว่าเป็นการบังเอิญหรืออย่างไรก็ตาม แนวคิดนี้ อย่างน้อยโครงร่างโดยรวมมาสอดคล้องหรือเกือบตรงกันกับหลักพัฒนามนุษย์ของพระพุทธศาสนา ที่เรียกว่า ***"ภาวนา ๔"*** แม้ว่าจะมีสาระเชิงลึกและรายละเอียดต่างกันไม่น้อย แต่ก็เป็นจุดบรรจบและเป็นโอกาสดีที่จะได้ความรู้เท่าทันมากยิ่งขึ้น ด้วยการเปรียบเทียบ เป็นต้น

๓) การพัฒนาคน เฉพาะอย่างยิ่งแบบองค์รวม เป็นเรื่องที่เกี่ยวกับสุขภาวะโดยตรง เป็นจุดบรรจบของการศึกษากับเรื่องสุขภาวะ

อนึ่ง การพูดถึงสุขภาวะในความหมายที่มองกันใหม่นี้ อาจจะเป็นส่วนที่ช่วยเสริมแก่วงวิชาการทางการศึกษา ให้มองความหมายของการพัฒนาคนให้ชัดเจน และตรงจุดยิ่งขึ้นด้วย

จะมีสุขภาวะได้ ต้องบริหารใจให้มีภาวะจิตที่เป็นด้านบวก

ทีนี้ก็หันมาพูดในเรื่องหลักการกันอีก ได้บอกแล้วว่า เรามีความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมโดยผ่านทางทวารหรือประตู ๒ ชุด แล้วลึกเข้าไปเราก็มีจิตใจซึ่งมีตัวเชื่อมออกมาบัญชาการ ความสัมพันธ์นั้น คือเจตนาหรือเจตจำนง แล้วเบื้องหลังเจตนา ก็มีแรงจูงใจ พร้อมด้วยองค์ประกอบต่างๆ ที่เป็นสภาพจิต ทั้งฝ่ายดี และฝ่ายร้าย ที่คอยปรุงแต่งแรงจูงใจนั้น นี่แหละคือที่ได้ว่ามา

แล้วองค์ประกอบหรือสภาพเหล่านี้ เมื่อแยกประเภทออกไป เราก็จะเห็นว่า เมื่อเราต้องการพัฒนามนุษย์ เราก็ต้องได้สิ่งที่ดีงามเกื้อกูล เราจึงควรเอาแต่พวกดี ที่เป็นคุณ เป็นกุศล ส่วนพวกเสียพวกร้าย คือพวกบาป พวกโทษ พวกอกุศล เราไม่ควรเอา

องค์ประกอบหรือสภาพจิตพวกที่ดีงามเกื้อกูล ก็มีมากมาย

เริ่มด้วยองค์ประกอบหรือสภาพจิตที่เราเรียกว่าคุณธรรม หรือความดี เช่น เมตตา ไมตรีจิต กรุณา ความสงสารเห็นใจ ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ความรู้สึกร่วมใจหรืออุดหนุนส่งเสริม ความสุภาพอ่อนโยน ความกตัญญู ความมีศรัทธา เป็นต้น อันเป็นด้านดี เป็นคุณภาพของจิตใจ หรือเรียกสั้นๆ ว่า ***คุณภาพจิต***

แล้วอีกด้านหนึ่งของจิตใจก็มี ความเพียรพยายาม ความขยัน ความเข้มแข็ง ความอดทน ความใฝ่รู้ใฝ่ทำ ความรับผิดชอบ ความมีสติ ความรู้จักยับยั้งชั่งใจ ความจริงใจจริงจัง ความมั่นใจ ความแน่วแน่มั่นคง มีสมาธิ เป็นต้น ซึ่งก็เป็นคุณสมบัติสำคัญ เรียกว่าสมรรถภาพของจิตใจ หรือเรียกสั้นๆ ว่า ***สมรรถภาพจิต***



ในที่สุด อีกด้านหนึ่งที่สำคัญก็คือ เรื่องของความสุขความทุกข์ ทางด้านทุกข์ ก็เช่น ความขุ่นมัว ความโศกเศร้า ความหม่นหมอง ความคับแค้น ความเหงา ความว้าเหว่ เป็นต้น เป็นสิ่งไม่เกื้อกูล เราไม่ต้องการ เราเอาแต่สภาพจิตหรือภาวะจิตที่ดี เช่น ความอุ่นใจ ความอิ่มใจ ความปลื้มใจ ความซาบซึ้ง ความร่าเริงสดใส ความสงบเย็น ความผ่อนคลาย ความชื่นใจ ความโปร่งโล่ง ความเบิกบานใจ เป็นต้น ที่รวมอยู่ในคำว่าสุข แล้วเราก็จัดเป็นพวกหนึ่งที่เรียกตรงๆ ว่า เป็นสุขภาพของจิตใจ (สุขภาพที่แปลตรงๆ ว่าความเป็นสุข) หรือเรียกสั้นๆ ว่า ***สุขภาพจิต***

เอาเป็นว่า ทางด้านจิตใจก็มีองค์ประกอบต่างๆ ซึ่งเป็นสภาพจิตหรือสุขภาวะจิตมากมายครอบคลุมสิ่งที่ฝรั่งเรียกว่า emotions (ในที่นี้เราเอาเฉพาะที่เป็น positive) ทั้งที่เป็นด้านคุณภาพ ด้านสมรรถภาพ และด้านสุขภาพของมัน เมื่อแยกประเภทออกไปอย่างนี้ เราก็จับจุดที่จะเสริมสร้างและที่จะตรวจสอบสุขภาวะได้ง่ายขึ้น

เห็นได้ง่ายว่า สภาพจิตหรือภาวะจิตสามด้านที่พูดมานี้ สำคัญอย่างยิ่งต่อชีวิตที่ดี ที่น่าอยู่ ที่จะเรียกได้เต็มปากว่ามีความสุข เมื่อบอกว่า การที่จะมีสุขภาวะจริง จะมีเพียงสุขภาพกายดีเท่านั้นไม่พอ ต้องมีจิตใจอย่างนี้ด้วย เงื่อนไขนี้ คนทั้งหลายคงยอมรับกันได้ทั่ว

จึงจำเป็นต้องพัฒนาคนทางด้านจิตใจ ให้มีสภาพจิตทั้งสามด้านที่กล่าวมานี้

แล้วหลายคนก็อาจจะคิดว่า เหนือขึ้นมาจากการมีสุขภาพร่างกายดี เมื่อคุณสมบัติทางจิตใจด้านต่างๆ จนถึงความสุขในใจพรั่งพร้อมอย่างนี้แล้ว สุขภาพจิตก็ดีแล้ว ก็น่าจะนับว่าถึงจุดหมายของการมีสุขภาวะ

แต่เรื่องไม่จบในตัวมันเองเท่านั้น การเกี่ยวข้องปฏิบัติต่อสิ่งแวดล้อมก็ดี ภาวะความเป็นไปของจิตใจก็ดี อยู่ในระบบความสัมพันธ์ของการดำเนินชีวิต ซึ่งมีองค์ประกอบที่อาศัยและเป็นปัจจัยส่งผลต่อกัน

นอกจากการสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม และภาวะจิต ซึ่งจะอิงอาศัยเป็นปัจจัยแก่กันดำเนินไปแล้ว ยังมีองค์ประกอบของการดำเนินชีวิตอีกแดนหนึ่งร่วมเป็นปัจจัยดำเนินไปด้วย โดยเฉพาะการพัฒนาคนทางด้านจิตใจที่เราเห็นว่าจำเป็นนั้น จะไม่มีทางสำเร็จได้ถ้าขาดองค์ประกอบของการดำเนินชีวิตในแดนนี้

องค์รวมจะมีได้ ต้องบูรณาการแดนที่สามเข้าไป ให้คนเป็นอิสระขึ้นมา

อีกแดนหนึ่งแห่งการดำเนินชีวิตของเรา ที่ขาดไม่ได้นั้น ก็คือความรู้ และจากความรู้ก็โยงไปหาความคิดความเข้าใจต่างๆ ซึ่งมนุษย์จำเป็นต้องมี

ในการที่เราจะเกี่ยวข้องสัมพันธ์ปฏิบัติต่อสิ่งแวดล้อมในข้อที่หนึ่ง คือจะใช้ทวารหรือประตูไม่ว่าจะชุด ๓ หรือชุด ๖ ก็ตาม ไปสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพก็ตาม ทางสังคมก็ตาม โดยที่เจตนาของเราจะคิดตั้งใจว่าจะเอาอย่างไรหรือจะไปทำอะไรอย่างไรนั้น เราก็คิดตั้งใจไปได้



เท่าที่เรารู้ หรือในขอบเขตแห่งความรู้ของเรา รู้แค่ไหน ก็คิดตั้งใจหรือมีเจตจำนงไปได้แค่นั้น เป็นอันว่า เราปฏิบัติต่อสิ่งแวดล้อม หรือเข้าไปสัมพันธ์กับมันได้ภายในขอบเขตความรู้ของเรา

ทีนี้ ถ้าเราขยายขอบเขตแห่งความรู้ของเราออกไป เราก็สามารถเกี่ยวข้องสัมพันธ์ปฏิบัติต่อสิ่งแวดล้อมได้ในขอบเขตที่กว้างขวางและได้ผลยิ่งขึ้น ความรู้ที่พัฒนาไปก็คือปัญญา หรือพูดรวมอยู่ในคำว่าปัญญานั่นเอง

ปัญญา นี้ จัดแยกไปได้มากมายหลายด้านหลายระดับหลายขอบเขต ตั้งแต่ความรู้เข้าใจต่อข้อมูลแล้ว มาเป็นความรู้ที่ปรุงแต่งความคิดให้เกิดความเข้าใจที่ขยายเพิ่มขึ้นไปอีก เป็นการมองเห็นทางที่จะทำการ จัดการ ดำเนินการ หรือที่จะแก้ปัญหาต่างๆ เข้าใจเหตุผล หยั่งเห็นเหตุปัจจัย เห็นชำแรกแยกแยะรายละเอียดออกไป รู้เห็นตามที่มันเป็น จนกระทั่งเป็นความสว่างโพลง เห็นรวมทั้งตลอดทีเดียวหมดทั้งมวล

ปัญญาซึ่งทำหน้าที่ในขั้นระดับขอบเขตหรือแง่ด้านต่างๆ ก็มีชื่อเรียกเป็นคำเฉพาะหรือชื่อย่อยแยกออกไป จึงมีคำศัพท์ที่ใช้เรียกปัญญามากมาย

ปัญญาเป็นองค์ประกอบหรือคุณสมบัติสำคัญ ที่จะทำให้การดำเนินชีวิตสองแดนแรกที่พูดมาแล้ว คือการสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม และภาวะที่เป็นไปต่างๆ ของจิตใจดำเนินไปได้ โดยปัญญานั้นให้แสงสว่าง ส่องทาง ชี้ทาง บอกทางให้ ขยายขอบเขต อย่างที่พูดมาแล้วว่า เรารู้แค่ไหน มีความคิดเท่าใด ชีวิตสองแดนแรกก็ดำเนินไปได้ในขอบเขตเท่านั้น จนกระทั่งในที่สุดปัญญาก็เป็นตัวปลดปล่อย ทำให้เกิด ***อิสรภาพ***

หน้าที่ของปัญญานั้น ในที่สุดก็ไปรวมที่การปลดปล่อยหรือทำให้เกิด ***อิสรภาพ*** นี้แหละ

ดังจะเห็นง่ายๆ เราไปไหน ถ้าเราไม่รู้จักสถานที่นั้น ไม่รู้ว่าเป็นที่อะไร มีสภาพอย่างไร เช่นว่ามีอะไรที่จะเป็นอันตรายต่อเราบ้างหรือไม่ หรือแม้แต่แค่ไม่รู้ว่าเราควรจะปฏิบัติต่อสถานที่นั้นหรือปฏิบัติตัวในสถานที่นั้นอย่างไร แค่นี้*ความสัมพันธ์ปฏิบัติต่อสิ่งแวดล้อม*ก็ติดขัด ถูกจำกัด ชักจะงึกๆ งักๆ เก้ๆ กังๆ ภาวะจิตก็เกิดความรู้สึกอึดอัด ตื้อตัน บีบคั้น เรียกง่ายๆ ว่าเกิดทุกข์ขึ้นมาทันที

แต่พอรู้ว่านี้คืออะไร ตรงไหน มีอะไร เป็นอย่างไร เราควรทำอย่างไร จะปฏิบัติต่อมันอย่างไร เข้าทางไหน ออกทางไหน มองเห็นทางแก้ไขจัดการ พอรู้ทั่วหรือรู้เท่า ก็โล่งทันที นี้คือปัญญา

อีกตัวอย่างหนึ่ง คนจำนวนมากติดในพฤติกรรมเคยชินที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพกายของตนเอง ติดการพนัน ติดเกม แม้กระทั่งติดการบริโภคที่ทำให้เป็นโรคอ้วน บางคนติดสิ่งเมาติดยา บางคนติดสิ่งเสพทางใจ ซึ่งล้วนเป็นการเสียสุขภาวะ

ในการแก้ไข บางทีต้องใช้วิธีการที่ซับซ้อน เช่น การสร้างความเคยชินใหม่ การให้ได้สิ่งดีที่ทดแทน การมีหรือร่วมกลุ่มกัลยาณมิตร การฝึกความเข้มแข็งของจิตใจ เป็นต้น

แต่ทั้งนี้ ในกระบวนการทั้งหมดนั้น จะต้องมีการเสริมสร้างความรู้ความเข้าใจหรือพัฒนาปัญญา ที่จะทำให้ตระหนักถึงโทษภัยของสิ่งที่ต้องการแก้ไข ให้เห็นคุณของการหลุดพ้นไปให้เห็นทางออกในการแก้ไข ให้เกิดความพร้อมใจในการที่จะไล่ถอนตัว ตลอดจนปัญญาที่จะมานำมาหนุนฉันทะในการดำเนินกระบวนวิธีแก้ไขทั้งหมด

จะเห็นได้ด้วยว่า ถ้าไม่หลุดโล่งเป็นอิสระ ทุกอย่างก็ยังลงตัวจริงไม่ได้ ความสงบ (สันติ) ก็เสียไปหรือไม่มี เพราะว่าเมื่อถูกจำกัด คับข้อง ติดขัด อึดอัด ทั้งจิตใจและพฤติกรรมก็จะเครียดดิ้นรน อาจจะวุ่นง่าน พลุ่งพล่าน กระวนกระวาย หงุดหงิด เป็นต้น พร้อมกันนั้น ความขุ่นมัวความหมองใจ ก็พ่วงมา สูญเสียหรือไม่อาจจะมีความหมดจดสดใส (วิสุทธิ) และในภาวะเช่นนี้คนก็ไม่อาจจะมีความสุขจริงได้ ความเต็มอิ่มสมบูรณ์ของชีวิตก็เกิดขึ้นไม่ได้

เมื่อพูดโดยรวมตามภาษาของเราในที่นี้ก็คือ *ไม่มีสุขภาวะ*

ทั้งหมดนี้จะเห็นว่า ตัวตัดสินสุดท้ายก็คือ อิสรภาพ (วิมุตติ) นี่เอง ถ้าไม่มีอิสรภาพ หรือความหลุดโล่งนี้ สุขภาวะแท้จริงที่เต็มตามความหมายก็ไม่อาจจะเกิดขึ้นได้ และอิสรภาพ หรือวิมุตตินั้น จะมีได้ก็ต้องมีปัญญา ดังนั้น **ปัญญา**จึงเป็นองค์ประกอบซึ่งเป็นที่บูรณาการแห่งสุขภาวะ

อย่างไรก็ดี จะต้องทำความเข้าใจกันไว้ก่อนว่า ปัญญานั้นมีหลายขั้นหลายระดับอย่างที่พูดไปแล้ว และสุขภาวะก็เป็นเรื่องสัมพันธ์ที่แยกได้เป็นต่างขั้นต่างระดับโดยสัมพันธ์กับองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องโดยเฉพาะปัญญาในระดับต่างๆ นั้น

ปัญญาที่จะให้บรรลุอิสรภาพแท้จริง อันจะให้มีสุขภาวะสมบูรณ์เต็มตามความหมายนั้นหมายถึงปัญญาที่มองเห็นชีวิตและโลกตามที่มันเป็น รู้เข้าใจความจริงของสิ่งทั้งหลาย ซึ่งทำให้หมดความติดข้อง ไม่มีความยึดติดถือมั่น จึงไม่หวั่นไหว ไม่ติดข้อง โปร่งโล่ง เป็นอิสระ อยู่ในโลก แต่ไม่ติดโลก ทำการเพื่อโลก โดยใจพ้นอยู่เหนือโลก วางจิตใจพอดี ลงตัวต่อชีวิต และโลก

ภาวะที่ว่านั้นอาจจะเข้าใจไม่ง่าย แต่ก็เห็นได้ไม่ยากว่า เมื่อคนหลายคนประสบสถานการณ์ที่กระทบอันเดียวกัน คนเหล่านั้นจะมีความสงบ หรือกระวนกระวาย ความมั่นคงหรือหวั่นไหวความสดใสสว่างหรือขุ่นมัว ความหลุดโล่งหรือความกดดัน เป็นต้น ต่างๆ กันไป โดยขึ้นต่อการจัดการตัวเองและวางจิตใจต่อสถานการณ์นั้นๆ ซึ่งมีปัญญาเป็นตัวแปรทางบวกสำคัญที่สุด

องค์ประกอบในการดำเนินชีวิตนี้ เมื่อถึงปัญญาก็ครบสามแดน ถ้าปัญญานั้นพัฒนาดีพอชีวิตก็จะเต็มอิ่มสมบูรณ์ในตัวของมัน ทำให้เกิดมีอิสรภาพ เรียกว่าปัญญาปลดปล่อยชีวิตให้เป็นอิสระ ทำให้เราพ้นการครอบงำของโลกขึ้นไปถึงแดนที่สี่คืออิสรภาพ

พูดอีกสำนวนหนึ่งว่า เมื่อการดำเนินชีวิตที่มีองค์ร่วมสามแดนนั้น มีบูรณาการกันเป็นองค์รวมแห่งการดำเนินชีวิตที่ดีแล้ว องค์รวมแห่งชีวิตนั้น ก็ข้ามพ้นเครื่องหน่วงเหนี่ยวคับข้องผูกพันขึ้นไปได้สู่วิมุตติ อันเป็นผลที่ต้องการ คืออิสรภาพ ซึ่งจะทำให้มีความสงบ ความสดใส และ



ความสุขที่แท้จริงได้ หมายความว่าทั้งสามแดนได้พัฒนาครบ จนถึงอิสรภาพแล้ว จึงจะมีสุขภาวะที่แท้ได้ ถ้าไม่มีอิสรภาพ สุขภาวะที่แท้ก็มีไม่ได้

สุขภาวะที่แท้ ต้องเป็นไปตามความจริงแห่งธรรมชาติของชีวิต

ขอทบทวนว่า ในที่นี้เราได้พูดถึงองค์รวมในการดำเนินชีวิตที่ว่า ในการที่จะเป็นอยู่หรือดำเนินชีวิตได้ถูกต้อง ระบบที่พร้อมด้วยองค์ร่วมสามแดนแห่งการดำเนินชีวิตของเรา จะต้องพัฒนาไปอย่างมีบูรณาการ

สามแดน ที่เป็นองค์ร่วมแห่งระบบการดำเนินชีวิตของเรานั้น คือ

แดนที่ ๑ **การติดต่อสื่อสารกับโลก** คือการสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ และสิ่งแวดล้อมทางสังคม โดย

ก) การรับรู้-เสพ *ทางผัสสทวาร* หรืออินทรีย์ ๖ (ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ)

ข) การประกอบกรรม หรือพฤติกรรม *ทางกรรมทวาร* ๓ (กาย-ทำ วาจา-พูด ใจ-คิด)

แดนที่ ๒ **ภาวะจิตใจ** หรือสภาพจิต ที่อยู่ข้างในและเป็นเบื้องหลัง ซึ่งใช้งานและกำหนดนำกำกับการสัมพันธ์กับโลกภายนอก โดยมีเจตจำนงหรือเจตนาเป็นตัวทำการ

แดนที่ ๓ **ปัญญา** คือ ความรู้-คิด-เข้าใจ-หยั่งเห็น ซึ่งจะเป็นแสงที่ส่องสว่าง ชี้นำบอกช่องทาง ขยายขอบเขต ปรับแก้ และพัฒนาระบบทั้งหมด ตลอดจนปลดปล่อยชีวิตให้มีอิสรภาพ

สามแดนนี้มิใช่ว่าจะทำหน้าที่ของมัน แต่ละอย่างต่างหากกัน แต่มันดำเนินไปโดยประสานและเป็นปัจจัยแก่กันและกัน ตรงนี้เป็นจุดสังเกตสำคัญที่ว่า การดำเนินชีวิตสามแดนนี้ไม่ใช่ว่าแต่ละอย่างจะพัฒนาไปโดยลำพังของมันต่างหากกัน แต่แท้จริงนั้น มันพัฒนาตัวของมันเองโดยลำพังไม่ได้ จะต้องพัฒนาตัวโดยอาศัยซึ่งกันและกัน

มีหลักการพื้นฐานว่า ชีวิตเกิดมาไม่ได้สมบูรณ์ในตัวทันที ดังนั้น ชีวิตมนุษย์ที่จะเป็นอยู่ดีได้จะต้องมีการพัฒนาตลอดเวลา ไม่ใช่แค่ร่างกายพัฒนาเติบโตขึ้นมาเท่านั้น แต่การพัฒนาที่แท้คือพัฒนา ๓ แดนที่ว่าข้างต้น

แม้แต่ร่างกายที่จะเจริญเติบโตพัฒนาอย่างดีได้ เช่นจะไม่มาเจอหรือจบด้วยโรคอ้วน ก็อยู่ที่การพัฒนา ๓ แดนนั้นแหละให้ถูกให้ดี

ฉะนั้น การที่จะมีสุขภาวะจึงมีข้อเรียกร้องพื้นฐาน หรือข้อกำหนดจากธรรมชาติว่า มนุษย์ต้องมีปัญญา ที่จะรู้เข้าใจธรรมชาติแห่งชีวิตของตน และมองเห็นตระหนักถึงความจำเป็นในการพัฒนาชีวิตของตนนั้น พร้อมทั้งพัฒนาปัญญาที่จะช่วยให้วางใจต่อชีวิตและจัดการกับการพัฒนาชีวิตนั้นได้อย่างถูกต้อง

เหตุที่ชีวิตต้องมีการพัฒนาตลอดเวลา ก็เพราะว่า อย่างง่ายๆ ธรรมดาที่สุด เมื่อเรามีชีวิตเป็นอยู่ เราก็ต้องพบประสบการณ์ใหม่ๆ ต้องเจอสถานการณ์ใหม่ๆ อยู่เรื่อยไป ซึ่งเราจะ

ต้องรู้เข้าใจและปฏิบัติต่อมันให้ถูกต้องหรือให้ได้ผล นี่ก็คือเราจะต้องเรียนรู้มัน หาทางปฏิบัติจัดการมัน หรือฝึกตัวปรับตัวให้เข้ากับมัน ชีวิตของเราจึงจะอยู่ดีหรือแม้แต่อยู่รอดได้

การหาทางปฏิบัติจัดการกับประสบการณ์และสถานการณ์ต่างๆ ด้วยการเรียนรู้ ปรับตัวตลอดจนฝึกหัดทำการใหม่ๆ ให้ได้ผล นี้แหละคือการพัฒนาชีวิต ซึ่งมีศัพท์เฉพาะเรียกว่า **"การศึกษา"** แปลเป็นไทยว่า เรียนรู้ ฝึก หัด พัฒนา

ในเรื่องธรรมชาติของชีวิตมนุษย์นี้ จะต้องถือเป็นหลักการใหญ่ขั้นพื้นฐานว่า **"มนุษย์เป็นสัตว์ที่ต้องฝึก"** ต้องฝึกจึงจะประเสริฐ หรือประเสริฐได้ด้วยการฝึก คือต้องมีการศึกษานั่นเอง

ตามปกติเราใช้คำว่า **"ศึกษา"** ซึ่งที่จริงเป็นเพียงการพูดทับศัพท์ตามภาษาสันสกฤตว่า **"ศิกษา"** ตรงกับคำจากบาลีที่เป็นภาษาพระว่า **"สิกขา"** จะเป็นศึกษา หรือสิกขา ก็แปลเป็นไทยว่า **"ฝึก"** นั่นเอง ถ้าแปลขยายออกไป ก็บอกว่า เรียนรู้ ฝึก หัด พัฒนา อันเดียวกันทั้งนั้น เพียงแต่ว่าในต่างยุคต่างสมัยก็มีความนิยมและนัยแห่งความหมายเปลี่ยนแปลงแปลกกันไป

ชีวิตเราเกิดมาอยู่ในโลก หรือดำเนินไปท่ามกลางสิ่งแวดล้อม เราอยู่ได้หรือดำเนินชีวิตไปได้ ก็เพราะมีเครื่องมือติดต่อสื่อสารสัมพันธ์กับโลกหรือสิ่งแวดล้อมนั้น และมันก็เป็นเครื่องมือในการพัฒนาชีวิตของเราเองด้วย (ที่จริงจะว่าให้ถูกต้องพูดโยงต่อกันตลอดกระบวนว่า เป็นเครื่องมือติดต่อสื่อสารสัมพันธ์กับโลก ในการที่จะพัฒนาชีวิตของเรา) คือ ผัสสทวาร ๖ และกรรมทวาร ๓

เรามีเครื่องมือสื่อสารติดต่อสื่อสารสัมพันธ์ คือ ตา หู ฯลฯ จนถึงใจ แล้ว ยังได้กัลยาณมิตรตั้งต้นแต่พ่อแม่ มาช่วยอีก จากตาดูหูฟัง เป็นต้น เราก็ฝึกเราก็หัดตามที่กัลยาณมิตรสอนให้ ถ่ายทอดมา วิธีการที่จะเป็นอยู่เราต้องเรียนรู้ต้องฝึกต้องหัดหมดทุกอย่าง ไม่ว่าจะเป็นการกิน นอน นั่ง ขับถ่าย จนถึงจะเดิน จะพูด ต้องเรียนรู้ฝึกหัดเอาทั้งนั้น อาศัยสัญชาตญาณแทบไม่ได้เลย ต่างจากสัตว์ชนิดอื่นทั่วไปที่ชีวิตส่วนใหญ่อยู่ได้ด้วยสัญชาตญาณ จึงเป็นความพิเศษของมนุษย์อย่างที่บอกแล้วว่าเป็นสัตว์ที่ต้องฝึก และประเสริฐได้ด้วยการฝึก หรือว่าฝึกศึกษาแล้วประเสริฐสุด

เป็นอันว่า ชีวิตมนุษย์นี้จะต้องพัฒนาไป และการที่จะพัฒนาไปได้นั้นก็คือพัฒนาการดำเนินชีวิตสามแดนที่ว่าไปแล้ว และเมื่อพัฒนาถูกต้อง การพัฒนาสามแดนนั้นก็จะเป็นปัจจัยหนุนเสริมกันและกัน

ในแดนที่หนึ่ง คือการสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม ก็จะเห็นว่า เราต้องอาศัยความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมมาเสริมสนองจิตใจ การสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทำให้จิตใจของเรามีทางออก ทั้งออกไปรับรู้โลกหรือสิ่งแวดล้อม ได้ข้อมูลประสบการณ์ทั้งหลายที่จะมาใช้ในการพัฒนาชีวิตของตน และออกไปเสพหรือทำการต่างๆ เพื่อสนองความต้องการของตน ถ้าจิตใจของเราไม่มีทางออกในการสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม เราก็จะอึดอัด เราก็จะไม่มีทางได้สนองความต้องการเราก็จะไม่สามารถมีความสุข



แต่ในเวลาเดียวกัน ถ้าการสัมพันธ์นั้นดำเนินไปไม่ถูกต้องหรือไม่ได้ผล ก็กลับเกิดผลร้ายต่อจิตใจ กลายเป็นเดือดร้อนเกิดทุกข์

ที่ว่านั้นเป็นแง่ที่จิตใจต้องอาศัยการสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม แต่พร้อมกันนั้นการสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมจะดำเนินไปได้ และจะดำเนินไปในทิศทางไหน อย่างไร ก็ต้องอาศัยจิตใจ เริ่มด้วยต้องมีเจตนาที่ชี้นำสั่งการว่าจะเอาอะไรจะทำอะไรอย่างไร ซึ่งเข้าไปเชื่อมต่อกับตัวประกอบในใจที่อยู่เบื้องหลังมากมาย ซึ่งคอยปรุงแต่งหันเหเจตนา เช่น ความโลภ ความเห็นแก่ตัว ความเผื่อแผ่เสียสละ ความโกรธ ความรัก ความมีเมตตา ฯลฯ เกิดเป็นการคิดผูกเรื่อง วางแผน และการแสดงออกเป็นพฤติกรรมทางกายและวาจา พูดและทำการต่างๆ เพื่อสนองความต้องการของจิตใจที่เป็นอย่างนั้นๆ คือมีภาวะจิตอย่างนั้นๆ

เสร็จแล้วการสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม และภาวะจิตทั้งหมดเหล่านี้ก็ต้องอาศัยปัญญาอย่างที่บอกเมื่อกี้ว่า มันจะเอาอะไรทำอะไรอย่างไรได้แค่ไหน ก็อยู่ในขอบเขตของปัญญา ขึ้นต่อปัญญาวิสัยของเขา

ในทางกลับกัน ปัญญาจะพัฒนาไปได้ ก็ต้องอาศัยความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม เริ่มแต่การหาข้อมูล ทั้งใช้อินทรีย์ และประกอบพฤติกรรม อาจจะเดินทางไปยังแหล่งข้อมูล เอาตาดู เอาหูฟัง ไปสืบค้น ไปสอบถามด้วยวาจา เพื่อจะได้ข้อมูลเพิ่มเติมที่จะเอามาคิดพิจารณาให้รู้เข้าใจเข้าถึงความจริง หรือนำไปใช้ประโยชน์ต่อไป

แม้แต่ในขั้นต้นแค่นี้ ระดับการพัฒนาชีวิตของบุคคลทั้งระบบ ก็เข้ามาแสดงบทบาทร่วมเป็นปัจจัยด้วยโดยตลอด เช่น ในด้านพฤติกรรมทางวาจา ถ้าผู้หาข้อมูลรู้จักพูด อาจจะได้ข้อมูลมาบริบูรณ์และชัดเจน แต่ถ้าถามไม่ดี พูดไม่เป็น อาจไม่ได้รับความร่วมมือ หรือได้ข้อมูลไม่ชัด หรือไม่ตรงเรื่อง ดังนี้เป็นต้น

นอกจากอาศัยการติดต่อสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมแล้ว การพัฒนาปัญญานั้นก็ต้องอาศัยภาวะจิตใจด้วย เช่น ถ้าจิตใจมีความใฝ่รู้ มีความเข้มแข็ง มีความอดทน สติดี สมาธิดี การแสวงหาข้อมูลตลอดจนการวิเคราะห์วิจัยที่สืบเนื่องต่อไปก็ได้ผลดี แต่ถ้าไม่ขยัน ขาดความอดทน ทนไม่ได้ รอไม่ได้ มักง่าย ใจลอย หรือท้อถอยเร็วไว แม้แต่จะหาข้อมูลก็ลวกๆ ไม่มีสมาธิ ใจไม่อยู่กับกิจ จิตไม่อยู่กับงาน ได้แต่ฟุ้งซ่าน วุ่นวายพล่านไป ก็คิดอะไรไม่ค่อยสำเร็จ ปัญญาก็พัฒนาไม่ได้

นี้คือการที่สามแดนของการดำเนินชีวิตต่างอาศัยซึ่งกันและกัน ซึ่งจะทำให้เราเป็นอยู่และทำให้เราพัฒนาได้ และดังที่กล่าวแล้ว เมื่อเราเป็นอยู่ถูกต้อง ก็คือการที่ชีวิตของเราพัฒนาไปตลอดเวลา เมื่อเราดำเนินชีวิตถูกต้อง และชีวิตนั้นพัฒนาไป เราก็บรรลุผล ที่มีพร้อมทั้งวิชชา วิมุตติ วิสุทธิ สันติ ครบทั้งหมด คือเกิดสุขภาวะ ซึ่งเป็นไปตามธรรมดาของธรรมชาติอย่างนั้นเอง

สุขภาวะในระบบชีวิต-สังคมยุคไอที

เป็นนักพึ่งพา ได้แต่หาความสุข แต่ไม่มีความสุข

ย้อนมาพูดถึงเรื่องสุขภาวะในวงแคบอีกหน่อย หันกลับไปหาโรคอ้วนอีกที คราวนี้ก็มาดูความเป็นอยู่หรือการดำเนินชีวิต ก็จะมองเห็นว่าคนเหล่านั้นเป็นอยู่ไม่ถูกต้อง กินไม่เป็น ใช้ชีวิตไม่เป็น ดำเนินชีวิตไม่เป็น มีปมปัญหามากมาย

ทำไมเขาจึงเป็นโรคอ้วน ทั้งๆ ที่เขาก็อยู่ในสังคมที่มั่งคั่งพรั่งพร้อม มีกินมีใช้ บริบูรณ์ เป็นสังคมบริโภค แต่ก็อย่างว่า มันกลายเป็นพรั่งพร้อมเกินไป แล้วก็บริโภคเกินไป หันไปทางไหนก็มีของให้กินให้บริโภคได้ง่ายๆ ทันใจทันที

ตู้เครื่องดื่มและตู้ของกินเล่นตั้งวางอยู่ทั่วทั้งนั้น เอาสตางค์หยอดปั๊บ กดปุ่มปุ๊บ ก็รับเอามาดื่มมากินได้เลย โดยเฉพาะน้ำหวานมันทอด กินเสพฆ่าเวลาไปเรื่อยๆ เคยชินหนักเข้าก็อดไม่ได้ ไปๆ มาๆ ก็กลายเป็นอ้วนเกินขนาด ถึงขั้นที่นับว่าเป็นโรค และเป็นกันมากคน เกลื่อนสังคม แผ่กระจายไปทั่ว เหมือนจะเป็นโรคระบาด กลายเป็นปัญหาของชีวิตและสังคม เรียกว่า **โรคอ้วน**

(ตามสถิติของศูนย์ควบคุมและป้องกันโรค [Centers for Disease Control and Prevention (CDC)] ว่า ใน ค.ศ. ๑๙๖๐ / พ.ศ. ๒๕๐๓ ประชากรอเมริกันมีคนอ้วนในอัตราส่วน ๑๓% แต่ใกล้ปัจจุบันคนอ้วนเพิ่มจำนวนขึ้นเป็นเกือบ ๓๑% ที่น่าสังเกตมาก คือ ในช่วงเวลา ๒๐ ปี ระหว่าง ๑๙๘๐-๒๐๐๐ / ๒๕๒๓-๒๕๔๓ อเมริกามีเด็กและวัยรุ่นอ้วนเพิ่มจำนวนขึ้นเกือบ ๓ เท่าตัว - Microsoft Encarta Reference Library ๒๐๐๕, "Obesity")

มองลึกลงไป ปมปัญหาไม่ใช่อยู่แค่เรื่องวัตถุ กับพฤติกรรมเท่านั้น ไม่ใช่แค่ว่ามีมาก กินมาก และสะดวก ง่าย ทันใจ ทันที เลยกินดื่มไปเรื่อย อันนั้นก็เป็นปัจจัยด้วย แต่มูลเหตุที่แท้เป็นปัญหาซับซ้อนในจิตใจ

คนในสังคมบริโภคเหล่านี้ มีวิถีชีวิตภายใต้ระบบแข่งขัน จิตใจมักเครียดกระวนกระวาย ไม่สงบ ไม่มั่นคง ขาดความอบอุ่น ขาดความพึงพอใจ ไม่มีความสุขภายใน การหยิบ การเคี้ยว ดื่มกินสิ่งเสพบริโภคที่หาง่ายใกล้มือเหล่านั้น เป็นทางออกในการระบายความเครียด และระงับความกระวนกระวาย เหมือนกินดื่มแก้เครียดแก้กลุ้มหรือแก้เหงาไปเรื่อยๆ

แต่มองอีกชั้นหนึ่ง ก็เป็นปัญหาในระดับปัญญาด้วย โดยเฉพาะปัญญาไม่ออกมาทำหน้าที่จัดปรับแก้ไขให้ทางออก

ขั้นต้น มองอย่างง่ายที่สุด เรียกว่าเป็นการไม่บริโภคด้วยปัญญา หรือไม่รู้จักประมาณในการบริโภค ทำให้กินไม่พอดี พูดง่ายๆ ว่ากินไม่เป็น



ในแง่ของสิ่งเสพบริโภคนั้นเอง คือ อาหาร เขาอาจจะมีความรู้ว่าร่างกายต้องการอาหารส่วนใดแค่ไหน เช่นว่า คาร์โบไฮเดรต โปรตีน ไขมัน อย่างไหนเท่าไร เขาก็พอมีความรู้ แต่บางทีทั้งที่มีความรู้ ก็ไม่ใส่ใจความรู้

อีกอย่างหนึ่ง การที่สังคมมีข้อมูลพรั่งพร้อม ไม่ได้หมายความว่าคนจะมีปัญญา ทั้งที่ข้อมูลมีให้พรั่งพร้อมแล้ว แต่คนไม่สนใจหาความรู้จากข้อมูลเหล่านั้น ข้อมูลที่จะเป็นประโยชน์แก่ชีวิตเขาไม่หา แต่มัวไปเพลินกับข้อมูลที่เป็นโทษ ชนิดที่บำรุงบำเรอให้เกิดโทษภัยแก่ชีวิตของตนเอง

บางที แม้แต่มีความรู้นั้นอยู่ แต่ไม่เอาความรู้นั้นมาใช้ประโยชน์ เรียกว่ามัวตกเป็นทาสของตัณหาเสีย ก็เลยไม่ได้ใช้ปัญญา คือสภาพจิตไม่เอื้อต่อการใช้ปัญญา แต่ทำให้เกิดความประมาทเพลินไปกับความปล่อยตัวตามใจตน

จะเห็นว่า เรื่องนี้แม้จะเป็นปัญหาด้านพฤติกรรม คือพฤติกรรมการกิน หรือพฤติกรรมในการเสพบริโภค แต่ก็โยงกันเป็นปัญหาในระบบความสัมพันธ์แห่งการดำเนินชีวิตทั้งหมด (ครบทั้ง ๓ แดน) คือจิตใจเพลินเมา ปล่อยพฤติกรรมให้ดำเนินไปใต้อำนาจของตัณหา โดยขาดความเข้มแข็งของจิตใจที่จะหนุนหรือเอื้อโอกาสแก่การใช้*ปัญญา* จึงไปกินอาหารที่เป็นโทษแก่ชีวิตของตนเอง และติดเพลินในการเสพ จนเกิดเป็นอันตรายต่อสุขภาพ เป็นโรคภัยไข้เจ็บขึ้นมาแล้วทั้งที่รู้ว่าเป็นอันตราย ก็ถอนตัวไม่ได้ ช่วยตัวเองหรือพึ่งตนเองไม่ได้ (ต้องให้คุณหมอผ่าตัดจำกัดกระเพาะ) เป็นการสัมพันธ์ปฏิบัติต่อสิ่งแวดล้อมไม่ถูกต้อง ในแง่กินไม่เป็น

ในทางธรรมการจัดการควบคุมดูแลตัวเองให้สัมพันธ์ปฏิบัติต่อสิ่งแวดล้อมได้อย่างถูกต้อง (สังวร) ท่านเรียกว่าเป็น **"ศีล"**

ศีลที่เป็นการปฏิบัติถูกต้องต่อสิ่งแวดล้อมจำพวกสิ่งเสพบริโภค เรียกว่า **ปัจจัยปฏิเสวนา** หรือปัจจัยสันนิสิตศีล คือศีลในการเสพปัจจัย

ปัจจัย คือวัตถุสิ่งของกินใช้ที่เป็นเครื่องเกื้อหนุนชีวิต ศีลในการเสพปัจจัย จึงหมายถึงการปฏิบัติคือกินใช้เสพวัตถุให้ถูกต้องตามความหมายของมันที่จะเป็นเครื่องเกื้อหนุนชีวิต

ถ้ากินใช้เสพวัตถุ เช่น กินอาหารไปแล้ว มันไม่เป็นปัจจัยเกื้อหนุนชีวิต แต่กลายเป็นพิษเป็นภัยต่อชีวิต ก็แสดงว่าปฏิบัติต่อวัตถุนั้นไม่ถูกต้อง คือ กินไม่เป็น ใช้ไม่เป็น สัมพันธ์ไม่เป็น

เมื่อปฏิบัติต่อสิ่งแวดล้อมจำพวกวัตถุเสพคือของกินของใช้ไม่ถูกต้อง ไม่เป็น ก็คือขาดศีลในการเสพปัจจัย ที่เรียกว่า ปัจจัยปฏิเสวนา (ปัจจัยสันนิสิตศีล) นี่ก็แสดงว่าเสียศีล คือมีการดำเนินชีวิตที่ผิด เป็นชีวิตที่ขาดการพัฒนาไปข้อหนึ่งละ

ปรากฏว่า คนไทยส่วนใหญ่ ทั้งที่บอกว่าตัวเป็นชาวพุทธ แต่ไม่รู้จักแม้แต่ศีลขั้นต้นๆ อย่างปัจจัยปฏิเสวนานี้ นี่อะไรกัน แล้วเขาจะได้ประโยชน์อะไรจากพระพุทธศาสนาที่เขาบอกว่าเขานับถือปัจจัยปฏิเสวนานี้ เป็นเพียงศีลอย่างหนึ่งในศีลหลายประเภท ที่เป็นการสัมพันธ์ปฏิบัติต่อสิ่งแวดล้อมอันหลากหลาย ที่จะต้องแบ่งแยกประเภทออกไป



เรื่องศีลประเภทต่างๆ ตลอดถึงวิธีพัฒนาคนว่าจะฝึกอย่างไรให้มีศีลในการเสพปัจจัยเป็นต้นนี้ จะต้องหันกลับมาพูดกันอีกครั้ง แต่ตรงนี้เอาไว้แค่นี้ก่อน

ตอนนี้มาพูดกันต่อไปในเรื่องสภาพชีวิต หรือการดำเนินชีวิต ของคนในปัจจุบัน ได้พูดแล้วว่า โรคอ้วน ที่เป็นปัญหาจากพฤติกรรมในการกินของคนอเมริกันนั้น มีปมลึกแฝงอยู่ในจิตใจเป็นเพราะปัญหาจิตใจด้วย

อย่างที่ว่า ในวิถีชีวิตแบบตะวันตกนั้น คนมีจิตใจไม่สบาย มีความเครียดมาก เร่าร้อนกระวนกระวาย บางทีก็รู้สึกโดดเดี่ยว เหงา ว้าเหว่ เมื่ออยู่ลำพัง หรือแม้แต่อยู่กับคนมาก แต่ก็ไม่อบอุ่น เหมือนตัวคนเดียว พอว่าง หรือมีเวลาว่างแทรกเข้ามาหน่อย ไม่รู้จะทำอะไรดี หันไปหันมา เจอของกินของเสพสะดวกเหล่านี้ ก็จับใส่ปาก หันไปหันมา เจอตู้เครื่องดื่ม ก็เอาโค้กมาดื่มซะ เดี๋ยวดื่ม เดี๋ยวกิน จุกจิกๆ ไปๆ มาๆ ก็เลยอ้วนไป กลายเป็นการซ้ำเติมตัวเอง

ทั้งนี้ก็เพราะภาวะจิตใจที่ไม่มีความเต็มอิ่ม มีแต่ความขาดความพร่อง สืบเนื่องจากแนวคิดความเชื่อพื้นฐานที่มีอยู่ในตัวโดยไม่ตระหนัก (เช่น แนวคิดแฝงในยุคอุตสาหกรรมที่ว่าคนจะสุขที่สุด เมื่อมีวัตถุเสพมากที่สุด) พร้อมทั้งระบบการอยู่ร่วมกันและวิถีชีวิตในสังคมแบบแข่งขันตัวใครตัวมัน แย่งกันหาความสุข แย่งกันไขว่คว้าเกียรติ อัดประดังกันออกมาบีบคั้นจิตใจทำให้มีความเร่าร้อน เครียด โดดเดี่ยว ทั้งว้าวุ่น และว้าเหว่ อยู่กับตัวเองไม่ได้ ก็เลยต้องเที่ยวหาพึ่งพาสิ่งภายนอก เพื่อหนีความทุกข์ และหาความสุข กลายเป็นการหาสิ่งพึ่งพาที่จะช่วยให้มีความสุข

การพึ่งพาเพื่อหาความสุขนั้นแสดงออกในลักษณะต่างๆ การกินเสพก็เป็นลักษณะหนึ่งของการพึ่งพาวัตถุเพื่อหาความสุข ซึ่งก็ช่วยให้เขาได้ความสุขในระดับหนึ่ง แต่ก็เป็นสิ่งที่เรียกว่าความสุขแบบพึ่งพา

ความสุขแบบพึ่งพา ก็คือความสุขที่ไม่มีในตัวเอง ทำให้คนสูญเสียอิสรภาพ ต้องพึ่งพาวัตถุภายนอก ขาดสิ่งเสพจากภายนอกไม่ได้ ถ้าไม่มีสิ่งเสพก็ไม่มีความสุข ขาดสิ่งเสพเมื่อใดก็เป็นทุกข์ทันที มนุษย์พวกนี้จึงขาดอิสรภาพ

ที่ว่าขาดอิสรภาพ ก็เพราะไม่มีความสุขนั่นแหละ จึงต้องขึ้นต่อสิ่งอื่นในการที่จะเป็นสุข คือ *เมื่อไม่มีความสุข ก็จึงต้องเที่ยวหาความสุข* และที่ต้องเที่ยวหาก็เพราะความสุขนั้นอยู่ที่สิ่งอื่นข้างนอก จึงเป็นความสุขแบบพึ่งพา และเป็นความสุขที่ต้องหา เพราะเป็นความสุขที่ตัวเองไม่มี

ความสุขแบบพึ่งพานี้เป็นความสุขที่ไม่แท้ เป็นความสุขที่ไม่มีอยู่ในตัวเรา ต้องขึ้นกับสิ่งอื่น ถ้าไม่มีสิ่งอื่นบำรุงบำเรอ ไม่มีสิ่งเสพบริโภค ก็จะทุกข์ ก็จะร้อนรนกระวนกระวาย ความสุขประเภทนี้จึงไม่ปลอดภัย



จะเห็นว่า พฤติกรรมสนองการหาความสุขแบบพึ่งพานี้ เป็นเรื่องโยงกันหมดทั้งพฤติกรรมกินเสพนั้น กับภาวะจิตใจ และความสัมพันธ์ในสังคม การกินจุกกินจิกจนเป็นโรคอ้วนนี้ อาจเป็นทางออกของคน ทำนองเดียวกับการติดบุหรี่ ตลอดจนการพึ่งพาสิ่งเสพติดอย่างอื่นๆ

ถ้าแก้ปัญหาแบบองค์รวมหรือครบวงจรไม่ได้ อาจจะต้องเลือกเอาระหว่างทางเลือกต่างๆ ในการเสพติด ว่าจะให้คนเสพติดอะไรที่มีโทษน้อยที่สุด ก่อนที่เขาจะหลุดพ้นจากการเสพติดไปได้

ปรากฏว่า มนุษย์ในยุคปัจจุบันนี้ เต็มไปด้วยความสุขแบบพึ่งพากันทั่ว ความสุขแบบพึ่งพานั้น ในเมื่อมันเป็นความสุขที่ไม่เป็นอิสระ ขาดสิ่งภายนอกไม่ได้ และสิ่งภายนอกก็คือไม่ได้มีอยู่ในตัว เมื่อต่างคนต่างหาความสุข มองในวงกว้าง ก็ต้องแย่งชิงเบียดเบียนกัน ทำให้สังคมไม่สงบสุข แล้วแต่ละคนที่อยู่ในสังคมนั้นก็สุขสงบไม่ได้ไปด้วย

พัฒนาวิธีหาความสุข แต่ไม่พัฒนาศักยภาพที่จะมีความสุข

ทีนี้ สังคมอเมริกันที่เขาพรั่งพร้อมอย่างที่ว่ามานั้นได้ พูดกันตรงๆ ก็ต้องเป็นสังคมที่เอาเปรียบสังคมอื่น เป็นที่ยอมรับกันว่า สังคมอเมริกันมีประชากรเทียบเป็นอัตราส่วนของโลกเท่ากับ ๔.๕% แต่บริโภคทรัพยากรของโลกประมาณ ๓๐-๔๐% เรียกว่ากินเกินตัว

ถ้าจะให้ประเทศอื่นมั่งคั่งพรั่งพร้อมบริบูรณ์อย่างประเทศอเมริกานี้ ก็ต้องกินเกินตัวเหมือนอย่างประเทศอเมริกา แล้วจะมีอะไรให้กินล่ะ

หมายความว่า ขณะนี้ก็เหมือนกับว่า ประเทศอื่นยอมให้อเมริกากินเยอะๆ เพราะอเมริกากิน ๓๐-๔๐% เหลือให้คนอื่นกิน ๖๐-๗๐% แล้วประเทศอเมริกา ตามสถิติปี ๒๐๐๐ มีประชากร ๒๗๕ ล้านคน (๒๐๐๔ มี ๒๙๓ ล้าน) เท่ากับประมาณ ๔.๕% ของประชากรโลกที่มี ๖,๑๐๐ ล้านคน นี่คือประชากร ๔.๕% บริโภคทรัพยากรของโลก ๓๐-๔๐% ในที่นี้เราเอาแค่ ๓๐% ก็คำนวณออกมาว่า คน ๑% บริโภคทรัพยากรของโลก ๖.๖%

ทีนี้ ถ้าคนทั้งโลกจะกินแบบอเมริกันบ้าง ก็หมายความว่า ประชากรในโลกจะต้องบริโภคทรัพยากรของโลก ๖๖๐% คือบริโภคทรัพยากรเกินกว่าที่โลกมีอยู่ไปอีก ๕๖๐% หรือเกินที่มีไปถึง ๕.๖ เท่า เมื่อโลกนี้มีไม่พอให้กิน ก็คงต้องไปหาจากดาวพระอังคาร ซึ่งยังไม่เห็นว่าจะมีอะไรให้เรา

เรื่องที่เป็นไปไม่ได้นี้เราจะข้ามไปก่อน ปัญหาตอนนี้ก็คือ ในประเทศที่ร่ำรวยมีกินมากมายสะดวกสบายถึงอย่างนี้ ก็ปรากฏว่าคนยังไม่มีความสุข หรือกลับมีทุกข์หนักขึ้น แล้วความสุขที่มีอยู่บ้าง ก็เป็นความสุขแบบพึ่งพา ต้องหากันวุ่น ในตัวเองไม่มีความสุขเลย กลายเป็นสุขภาวะที่เลื่อนลอย



ยิ่งกว่านั้น พอหันไปเที่ยวหาความสุขแบบพึ่งพา ฝากความสุขไว้กับวัตถุเสพบำรุงบำเรอที่สะดวกทันใจด้วยเทคโนโลยี ไปๆ มาๆ ก็กลับเสียสุขภาวะด้านร่างกาย เกิดปัญหาโรคภัยไข้เจ็บ มีโรคอ้วนขึ้นมาอีก ปัญหาก็ยิ่งซับซ้อนพัลวันจนไม่รู้จะจับจุดแก้ที่ตรงไหน

เงื่อนสำคัญก็คือการขาดหรือไม่มีความสุขอยู่ในตัว ไม่มีอิสรภาพในตน ที่ทำให้ต้องว่ายวนวิ่งวุ่นไปทุกทิศทุกทางจนขาดจุดหมาย

สภาพจิตใจขาดความสุข ที่ทำให้ต้องคอยเที่ยวหามาเติมนี้ วิเคราะห์ลงไปแล้วจะพบปมปัญหาจิตใจมากมาย ซึ่งเป็นเรื่องของความขาดการพัฒนาทางจิตใจนั่นเอง จึงไม่รู้จักฝึกจิตให้มีความเข้มแข็ง ควบคุมบังคับจิตใจของตัวเองไม่ได้ และไม่มีความสุขภายใน ทั้งในจิตใจและจากความสัมพันธ์ในสังคม หรือจากการอยู่กับสิ่งแวดล้อมทั่วไป

แล้วก็โยงปัญญา ซึ่งก็ไม่ได้พัฒนาให้ถูกทาง ไม่รู้เข้าใจชีวิตของตัว ไม่รู้จักปฏิบัติต่อสิ่งแวดล้อม ไม่รู้จักแก้ปัญหาจิตใจของตัวเอง ไม่รู้จักการดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง ไม่รู้จักเป็นอยู่ให้ถูกต้อง เรียกว่าขาดปัญญาพื้นฐานเลยทีเดียว

ย้ำปัญหาว่า คนขาดปัญญาพื้นฐานในการมีชีวิต เขามีแต่ความรู้ข้อมูล เขาหาแต่ความรู้เชิงเทคนิคที่จะแสวงหาสิ่งเสพบริโภค เขาพัฒนาแต่ความรู้ในการประกอบอาชีพบางอย่าง ซึ่งเป็นเพียงเครื่องมือหาเลี้ยงชีพ ที่จะสนองความต้องการในการมีสิ่งเสพบริโภค

พอถึงตรงนี้ ก็เข้าจุดที่พูดสรุปได้ง่ายๆ ว่า คนที่หวังความสุขแบบที่ต้องหา แบบพึ่งพาเหล่านั้น พากันวุ่นวายกับการพัฒนาความสามารถในการหา (สิ่งเสพที่จะทำให้มี) ความสุข แต่เขาไม่ได้พัฒนาความสามารถที่จะมีความสุข ก็เลยไปไม่รอด

ทำไมจึงไปไม่รอด ก็เพราะว่า เมื่อคนไม่พัฒนาความสามารถที่จะมีความสุข พอเขาพัฒนาความสามารถในการหาสิ่งเสพที่จะมาบำเรอความสุขได้มากขึ้น เขาเก่ง เขามีวิธีการหาความสุขได้มากมาย (แต่เป็นความสุขแบบพึ่งพาทั้งนั้น) เขามีสิ่งเสพบริโภคเหลือล้น แต่พร้อมกันนั้นโดยไม่รู้ตัว ปรากฏว่าความสามารถที่จะมีความสุขของเขาได้ลดน้อยลงไป

ถึงตอนนี้ เขาก็ตกที่นั่งลำบาก พอหาสิ่งบำเรอความสุขมาได้มาก แต่ความสามารถที่จะมีความสุขลดลง เขาก็ยิ่งต้องหาสิ่งเสพมาให้ได้มากขึ้นๆ เพียงเพื่อจะดึงระดับความสุขให้คงอยู่แม้แต่แค่เท่าเดิม

เขาอยู่ในสังคม*ระบบแข่งขัน* แค่แข่งขันกับคนอื่นก็เหนื่อยแทบแย่อยู่แล้ว นี่ยังต้องมาหาเครื่องเติมความสุขแข่งกับความสามารถมีสุขที่ลดลงไปๆ อีก บางทีความสุขที่ได้ ก็เลยไม่เท่าไม่ทันความทุกข์ที่ขยายตัวออกไป

อีกด้านหนึ่ง พอดูตัวเองอีกที ปรากฏว่า ในกระบวนการวิ่งหาสิ่งเสพมาเติมความสุขแข่งขันกับการลดลงของความสามารถที่จะมีความสุขนี้เขากลายเป็นคนที่สุขได้ยากขึ้น พร้อมกับกลายเป็นคนที่ทุกข์ได้ง่ายขึ้นด้วย



อะไรกัน คนเราเมื่อเติบโตเจริญพัฒนาขึ้น ก็ควรจะเป็นคนที่มีความสุขได้ง่ายขึ้น พร้อมกับเป็นทุกข์ได้ยากขึ้น ถ้าคน*ทุกข์ง่าย-สุขได้ยาก* อย่างนี้ ก็แสดงว่าสวนทางกับการพัฒนา

ดูเถิด คนยุคปัจจุบันนี้ เมื่อยังเป็นเด็กเล็กๆ หัวเราะง่าย ยิ้มง่าย (ถึงแม้จะร้องไห้ง่ายด้วย) ไม่ต้องมีอะไรมาก ก็เป็นสุขได้ แต่พอโตขึ้นมาเป็นผู้ใหญ่ ชักจะยิ้มยาก มีความสุขได้ยาก และมีทุกข์กันมากขึ้นทุกที

ถ้าเราพัฒนาชีวิตถูกต้อง เราน่าจะยิ้มง่าย สุขง่ายขึ้น ในขณะที่ด้านทุกข์ควรจะลดลงไป คือ ควรจะ ***สุขได้ง่าย*** และ ***ทุกข์ได้ยาก***

เมื่อวิเคราะห์คนและสังคมอเมริกัน ก็จะเห็นชัดว่า ในเรื่องคน หรือในด้านชีวิต เขาเจอทั้งหมดอย่างที่ได้พูดมานี้ จนถึงขั้นที่เขาแทบจะไปไม่ไหวแล้ว จึงได้เกิดปรากฏการณ์สังคมแปลกๆ มาเรื่อยๆ มีวัฒนธรรมทวนกระแส ตั้งแต่ช่วงปลายทศวรรษ ๑๙๕๐s ที่เกิด Beat Generation หนุ่มสาวหันมาหาทางออกด้วยวิธีทางจิตใจและธรรมชาติ สมาธิเฟื่อง Zen โดดเด่น ต่อด้วยอีกทศวรรษถัดมาก็มีพวก Hippies

หลังนั้น ศาสนาตะวันออกเข้าไปกันใหญ่ ทั้ง Yoga, Rajneesh, Hare Krishna, TM (Transcendental Meditation), Sun Myung Moon (Unification Church) ตลอดถึง Vajrayana (ในที่นี้ = Tibetan Buddhism) มีทั้งพวกทำประโยชน์ ทั้งพวกหาประโยชน์

ถ้าเข้าใจสภาพจิตและสภาพสังคมตะวันตกที่เป็นมาในภูมิหลังของเขา ก็จะไม่น่าแปลกใจว่าทำไมคนที่นั่นจึงหันมาหาทางออกทางจิตใจกันมาก และทำไมความสนใจสมาธิจึงฟู่ฟ่าถึงกับเป็นเหมือนแฟชั่น

สิ่งที่น่าสนใจพิจารณาอยู่ที่ว่า เขาเข้าใจและใช้ประโยชน์จากสมาธิอย่างถูกต้องและตรงตามคุณค่าที่แท้จริงของมันหรือไม่ บางที หรือมักจะเป็นว่า คนเหล่านั้นสนใจและใช้สมาธิเพียงเพื่อแก้ปัญหาจิตใจของเขาเท่านั้น แม้ว่านั่นจะเป็นการดีมีประโยชน์ในระดับหนึ่ง แต่มีจุดเขวสำคัญที่ว่า เขาไม่ได้เข้าใจและไม่ได้มองเห็นสมาธินั้นในฐานะองค์ประกอบของการดำเนินชีวิตที่ดี หรือเป็นองค์ร่วมในระบบการพัฒนามนุษย์ (มองสมาธิอย่างแยกส่วน ไม่เห็นสมาธินั้นในระบบองค์รวม)

ถ้าเขาเอาแค่นั้น ก็อาจจะเป็นเพียงอาการของสังคมตะวันตกที่แล่นไปสุดโต่งอีกด้านหนึ่ง คราวหนึ่งไปสุดโต่งทางวัตถุ อีกคราวหนึ่งก็ไปสุดโต่งทางจิต (หมุนกลับไปคล้ายสังคมชมพูทวีปยุคก่อนใกล้พุทธกาล)

ที่จริง อาการแล่นสุดโต่งก็เหมือนจะปรากฏออกมาอยู่แล้ว ดังที่ได้มีข่าวแปลกๆ ในสังคมอเมริกันที่คนเหมือนกับสติลอยกันมากขึ้น หรือจิตใจชักจะฟั่นเฟือนหรือควบคุมตัวเองไม่ได้

ด้านจิตใจ อาการตื่นสมาธิคล้ายจะซาลง แต่เลื่อนเลยออกไปกลายเป็นความสนใจในเรื่องที่ลึกลับซับซ้อนมากขึ้น ด้านกินอยู่ ก็บริโภคกันยั้งไม่ได้จนโรคอ้วนระบาด อีกด้านหนึ่ง เด็ก



นักเรียนประถม-มัธยม อยู่ๆ ก็เอาปืนไปยิงครูและเพื่อนนักเรียนแบบกราดๆ ไป ฆ่ากันตายอย่างไม่ต้องคิดคำนึงถึงอะไร ขณะที่เด็กวัยรุ่นฆ่าตัวตายกันมากจนสถิติพุ่งสูงอย่างผิดประหลาด เป็นปรากฏการณ์ที่สังคมซึ่งพัฒนาตามอย่าง ก็เดินตามรอยด้วยอย่างเห็นได้ชัด (เมืองไทยในระยะที่ผ่านมาใกล้ๆ นี้ ดูจะตามได้จนบางเรื่องก็ล้ำหน้าตัวอย่าง)

เรื่องเหล่านี้ เมื่อมาถึงสังคมที่ด้อยคอยตาม ถ้าไม่ระวังให้ดี ปัญหาจะยิ่งซับซ้อน และหนักหนาขึ้นอีก เพราะอะไร ? ก็เพราะปัญหา **"ความสุขจากการไม่ต้องทำ"** จะมาซ้ำเข้าอีก

พวกคนในประเทศพัฒนาแล้ว ที่ผ่านยุคอุตสาหกรรมมากว่า ๒ ศตวรรษนั้นมีภูมิต้านทานทุกข์จากประสบการณ์ของสังคมมามาก และได้ปลูกฝังนิสัยรักงานหรือทนงานมาอย่างดี ย่อมได้เปรียบในด้านนี้

อธิบายหน่อยว่า ถ้าคนมีการศึกษาที่ถูกต้อง คือการศึกษาที่แท้จริง เขาจะพัฒนาความ***ใฝ่รู้*** ขึ้นมา อย่างที่ว่าแล้วแต่ต้น และพร้อมกันนั้น ก็จะพัฒนาความ***ใฝ่ทำ*** หรือใฝ่สร้างสรรค์ คือความอยากทำให้ดี ขึ้นมาด้วยเช่นกัน ซึ่งเป็นเรื่องธรรมดาของธรรมชาติ เพราะอยากรู้-อยากทำที่แท้มาด้วยกัน

เมื่อรู้ความแตกต่างว่า อันนี้ดีแล้ว แต่อันนี้ยังไม่ดี ยังไม่สมบูรณ์น่าพอใจ ก็อยากทำให้มันดี แล้วจะทำอย่างไรให้มันดี ก็ต้องหาความรู้ที่จะทำ เมื่อหาความรู้และทำด้วยความอยากรู้อยากทำ ก็มีความสุขจากการหาความรู้และจากการทำ คือ การหาความรู้ และการทำ (งาน) เป็นความสุข เมื่อการทำงานสร้างสรรค์เป็นความสุข นั่นคือการศึกษาได้ก้าวไปในขั้นสำคัญ

แต่ตรงข้าม เมื่อไม่มีการศึกษา คนไม่พัฒนา เขาไม่ก้าวจากความรู้สึกไปสู่ความรู้ ความสุขของเขาอยู่ที่การได้เสพ คือได้รับการปรนเปรอหรือบำรุงบำเรอ พูดรวบรัดว่า ความสุขของเขาอยู่ที่การไม่ต้องทำ ถ้าจะทำ ก็คือต้องทำ และเป็นความทุกข์ ตอนนี้ การทำเป็นความทุกข์ และความสุขเกิดจากการไม่ต้องทำ

เมื่อใดแหล่งความสุขของคนเหลืออยู่อย่างเดียว คือการเสพ ความสุขอยู่ที่การได้เสพ ความสุขอยู่ที่การไม่ต้องทำ และการทำเป็นความทุกข์ เมื่อนั้น ภาวะ ***ทุกข์ง่าย-สุขได้ยาก*** จะยิ่งทบทวี บุคคลจึงประสบปัญหาชีวิตที่หนักขึ้น ขณะที่สังคมก็จะยิ่งต่ำทรุดลงเป็นธรรมดา

เทคโนโลยียิ่งก้าวหน้า พามนุษย์ที่ไม่พัฒนาให้ยิ่งถอยจม

ในเรื่องที่พูดมาทั้งหมดนี้ ตั้งแต่เรื่องโรคอ้วน เรื่องความพรั่งพร้อมสะดวกสบาย ตลอดจนการหาความสุขแบบพึ่งพา และความสุขจากการไม่ต้องทำนั้น มีสิ่งสำคัญที่สุดอย่างหนึ่งเกี่ยวข้องอยู่ตลอดเวลา แต่ไม่ได้พูดออกชื่อมา สิ่งนั้นคือ**เทคโนโลยี**



เทคโนโลยีมีบทบาทสำคัญอย่างยิ่ง ถึงขั้นที่เรียกได้ว่าเป็นตัวบันดาลให้มนุษย์ได้มาอยู่ในโลกที่มีความเจริญอย่างที่เป็นอยู่ขณะนี้ ดังนั้น ความสุข ความเจริญ และปัญหาทั้งหลายที่ได้พูดมา จึงเกี่ยวข้องกับเทคโนโลยีทั้งนั้น

อย่างไรก็ตาม ในที่นี้เราไม่มีเวลาที่จะมาพูดถึงเทคโนโลยีที่เป็นเรื่องใหญ่นี้ให้ยืดยาว แต่กระนั้นก็พูดได้สั้นๆ แบบครอบคลุมว่า ในยุคสมัยนี้ ถ้ามนุษย์จะบรรลุจุดหมายแห่งการมีสุขภาวะ เขาจะต้องเรียนรู้ที่จะสัมพันธ์ปฏิบัติต่อเทคโนโลยีนั้นให้ถูกต้องให้ได้

พูดในทางย้อนกลับว่า ถ้ามนุษย์ไม่รู้จักสัมพันธ์ปฏิบัติต่อเทคโนโลยีให้ดี สุขภาวะก็ไม่มีทางสำเร็จ

กล่าวอย่างรวบรัด เทคโนโลยีมีบทบาทสำคัญ เช่น

- *ขยายวิสัยแห่งอินทรีย์ของมนุษย์* เช่น ตาเห็นแค่ของใหญ่ใกล้ๆ พอมีกล้องจุลทรรศน์และกล้องโทรทรรศน์ เป็นต้น ก็เห็นแม้แต่สิ่งที่เล็กหรือไกลเกินคำพูด มือคนขนดินได้วันละนิดหน่อย รถแบคโฮมาคันเดียวก็ทำงานได้มากกว่าคนเป็นร้อย มีคอมพิวเตอร์ก็ขยายวิสัยของสมองคนออกไปอีกมากมาย ฯลฯ
- *สร้างเครื่องอำนวยความสะดวกสบาย* อย่างที่ฝรั่งชอบพูดว่า comfort and convenience ซึ่งเห็นกันชัดอยู่แล้ว ไม่ต้องบรรยาย
- *เปิดช่องทางสร้างโอกาส* เช่น มืดแล้วหรือที่นั้นมืดจะทำอะไรไม่ได้ ก็มีแสงไฟฉาย ไฟฟ้ามาให้ทำได้ ช่องทางใหม่หรือช่องทางที่ไม่นึกว่าจะเป็นไปได้ก็เกิดก็มีขึ้น ในการทำธุระหรือดำเนินกิจการต่างๆ แล้วก็ทำให้มีโอกาสเข้าถึงข้อมูล หรือแหล่งความรู้หลากหลายมากมาย ฯลฯ
- *ย่นและยืดเวลาของมนุษย์* (เวลาของธรรมชาติเท่าเดิม) ทำให้ทำการต่างๆ ได้รวดเร็ว ประหยัดเวลา ออมเวลา ทำให้มนุษย์มีเวลาว่างมากขึ้น โดยเฉพาะมนุษย์บางพวกกลายเป็นผู้มีเวลาเหลือเฟือ

เมื่อว่าตามหลักการ เทคโนโลยีก็เป็นปัจจัย เมื่อมันเป็นปัจจัยของชีวิต ก็คือต้องเกื้อหนุนการดำเนินชีวิตที่ดี และเกื้อหนุนระบบการพัฒนามนุษย์

ถ้ามนุษย์สัมพันธ์ปฏิบัติต่อเทคโนโลยีแล้ว ไม่เกื้อหนุนการดำเนินชีวิตที่ดี ไม่เกื้อหนุนการพัฒนาชีวิตมนุษย์ ก็คือไม่ทำให้เทคโนโลยีเป็นปัจจัยตามหลักการที่ว่านั้น และนั่นก็คือการสัมพันธ์ปฏิบัติต่อเทคโนโลยีอย่างไม่ถูกต้อง เป็นการปฏิบัติที่ผิด และเมื่อพูดตามภาษาของเราในที่นี้ ก็คือจะทำให้สูญเสียสุขภาวะ และปัญหาเรื่องสุขภาวะจะต้องเกิดขึ้นแน่นอน

พวกมนุษย์ที่ประสบปัญหาที่ว่ามาข้างต้นนั้น ไม่รู้ไม่เข้าใจหลักการนี้ คือขาดปัญญาพื้นฐานของชีวิต คนพวกนี้มองบทบาททุกข้อของเทคโนโลยีไปรวมไว้ที่การหาเสพหาสุขอย่างเดียว คือพวกเขาคิดว่า เรามีเทคโนโลยี เราใช้ไอที ขยายวิสัยแห่งอินทรีย์ให้เก่งกาจ จะได้มีอำนาจยิ่งใหญ่ จะได้ทำได้หาสิ่งเสพบริโภคบำรุงบำเรอกันให้เต็มที่ เราจะมีเครื่องอำนวยความสะดวกสบาย สะสมไว้



พรั่งพร้อมทุกอย่าง เราจะมีช่องทางและได้โอกาส แล้วก็มีเวลาสนุกสนานบันเทิงหาความสุขกันอย่างไม่มีขีดจำกัด

ข้อที่ควรย้ำไว้ในที่นี้ คือเรื่องการปฏิบัติต่อเวลา หรือการใช้เวลา ขณะที่เวลาว่างนั้นเป็นกำไรก้อนใหญ่ที่มนุษย์ยุคไอทีได้มา แต่เมื่อเขาใช้ผิด คือปฏิบัติต่อมันไม่ถูกต้อง มนุษย์เหล่านั้นก็ใช้มันทำลายชีวิตและทำลายสังคมของเขาเอง

จะเห็นชัดว่า เวลานี้ คนส่วนใหญ่ในสังคมนี้ ใช้เวลาว่างเที่ยวเสพสิ่งบำเรอและกิจกรรมบันเทิง ประเภทมัวเมาบ้าง มอมเมาบ้าง เพื่อหาความสุข สะสมนิสัยที่มุ่งแต่จะเสพและสนุกสนานกันตั้งแต่ยังเด็ก ต้องมีโทรศัพท์มือถือ เพื่อเอาไว้เป็นสิ่งเสพ ไม่ใช่เพื่อสื่อสาร พูดคุยเรื่องราวแห่งความหลงเพ้อ ต้องมีมอเตอร์ไซด์เอาไว้ไปซิ่งบ้าง ไว้ชวนกันไปหาที่ชุมนุมมั่วสุมบ้าง ต้องมีต้องใช้คอมพิวเตอร์เพื่อเล่นเกมหรือแชตกัน

คนไทยเองพูดกันมาก ฟังเหมือนว่า คนไทยติดการพนันเป็นนิสัยฝังใจยิ่งกว่าคนในสังคมอื่นใดทุกชาติพันธุ์ แต่ความจริง มนุษย์ทุกชาติก็ชอบเสี่ยงโชคเสี่ยงทายกันทั้งนั้น ถ้าคนไทยจะเป็นชนพวกหนึ่งที่มีความหนักเอียงหรือดิ่งไปในทางนี้ ก็น่าจะเป็นเพราะขาดแรงดึงหรือตัวดุลด้านอื่นมาถ่วง เมื่อเอียงดิ่งไปข้างเดียวบ่อยๆ นานเข้า ก็สะสมความเคยชินจนกลายเป็นลักษณะเด่นพิเศษที่สังเกตได้ชัดเจน

ตัวอย่างเช่น หมู่บ้านในดินแดนแถบหนึ่ง อยู่กันสงบเรียบร้อยจนชิน เวลาเห็นอะไรแปลกตา ชาวบ้านจำนวนมากชอบทายหรือเลยต่อไปเป็นพนันกัน แม้แต่มีคนแปลกหน้าต่างถิ่นผ่านเข้ามา บางคนก็สนุกเอามาทายกัน เช่นว่า สองคนที่เข้ามานั้น ทายซิว่าเป็นพี่น้องกัน หรือเป็นนายกับลูกน้อง และคนไหนเป็นพี่ หรือคนไหนเป็นนาย ฯลฯ

แต่ดินแดนอีกแถบหนึ่งมีภัยอันตรายมาก มีความหวาดระแวงสูง ในแต่ละหมู่บ้านเวลามีคนต่างถิ่นเข้ามา คนจะตื่นตัวระวังภัย สอดส่ายตาดูหูฟังว่าจะมีอะไรผิดหูผิดตา เตรียมสู้ (ไม่มีใจจะมาคิดทายหรือพนัน)

อีกถิ่นหนึ่ง คนใฝ่ศึกษาหาความรู้ ที่หมู่บ้านหนึ่งมีบางคนชอบบันทึกเหตุการณ์ พอมีคนแปลกหน้าต่างถิ่นมา ก็จะตามเรื่องว่ามีอะไรที่เป็นเรื่องน่าบันทึกไว้หรือไม่

นี่คือตัวอย่างตัวดุลหรือแรงดึงด้านอื่น เช่น ภัยอันตราย เหตุบีบคั้น การสะสมนิสัยที่ต่างกันเป็นต้น ถ้าไม่มีปัจจัยภายนอกบีบคั้น แล้วยังปล่อยกันเรื่อยเปื่อย นิสัยเสี่ยงโชคเชิงพนัน (ไม่ใช่เสี่ยงโชคแบบผจญภัย) ก็จะเด่นแรง แม้แต่เรื่องที่ควรเป็นประโยชน์ด้านอื่น ก็มาจบที่กลายเป็นเรื่องพนัน เช่น กีฬาก็ไม่มีคุณค่าในฐานะของกีฬา แต่กลายเป็นรูปแบบหนึ่งของการพนัน (เช่นพนันบอล) พาให้คนจมอยู่ในภาวะจิตลุ่มหลงมัวเมาแห่งโมหะ และพาสังคมให้ตกต่ำเสื่อมโทรม ฉะนั้น ต้องพยายามแก้ไข เช่น หาหรือสร้างแรงดึงด้านอื่น ที่จะฝังเป็นนิสัยฝ่ายดีงาม ขึ้นมาดุลหรือนำออกไป ซึ่งต้องทำกันไปเรื่อยๆ ในระยะยาว ไม่ใช่ปล่อยเรื่อยเปื่อยหรือยอมรับความพ่ายแพ้



แต่ที่เป็นอยู่แทนที่จะพยายามแก้ปัญหา กลับทำการที่เหมือนบอกว่ายอมแพ้หรือหมดทางสู้ เลยหันไปส่งเสริม ยิ่งย้ำนิสัยพนันให้หนักแน่นฝังลึกยิ่งขึ้น เรื่องที่ควรอยู่แค่ชายขอบ กลายเป็นมาได้ที่เด่นหรากลางสังคม

เมื่อหาทางจัดให้มีเรื่องแจ๊คพ็อตกันอยู่เรื่อย คนก็รอหวังแจ๊คพ็อตกันอยู่นั่น ถ้าไม่ระวังปล่อยให้เพลินกันดื่นไป ก็จะกลายเป็นการเสริมย้ำนิสัยรอโชคหลงลาภลอย คนหนึ่งคนเดียวหรือไม่กี่คนได้ผล แต่คนส่วนใหญ่มากมายปล่อยเวลาผ่านเปล่า อาจจะเสียการศึกษาค้นคว้าหรือเสียการเสียงาน คนหนึ่งคนเดียวได้เงิน แต่คนจำนวนเป็นแสนเป็นล้านเสียนิสัย ไม่กี่บุคคลได้ผลประโยชน์ แต่สังคมเสียคุณภาพอย่างยากจะกู้

นอกจากปัญหาการมีเวลาว่างมากมายที่ใช้ไม่ถูกต้องแล้ว การเสพเทคโนโลยีเฉพาะไอทีแบบหลงใหลติดเพลิน ยังทำให้ระบบการบริหารชีวิตของคนผู้เจริญเหล่านั้นแปรปรวนวิปริตไปหมด แม้แต่การบริหารร่างกายก็เรรวน เรียกว่า*เสียดุล*แห่ง*อิริยาบถ* เริ่มเสียสุขภาวะตั้งแต่ด้านนอกของชีวิต เริ่มด้วยในชีวิตประจำวัน

ไม่ใช่แค่นั้น แม้ว่าเทคโนโลยีจะเป็นสิ่งแวดล้อมสำคัญที่เราต้องสัมพันธ์ แต่เรามีสิ่งแวดล้อมสำคัญขั้นพื้นฐานยิ่งกว่านั้น ที่จะต้องสัมพันธ์ให้ระบบการดำเนินชีวิตของเราเป็นไปด้วยดี นั่นก็คือสิ่งแวดล้อมธรรมชาติ และสิ่งแวดล้อมทางสังคม เมื่อคนเหล่านี้ติดเพลินใช้เวลาอยู่กับการเสพเทคโนโลยีเกินควร ก็เกิดภาวะ*เสียดุลแห่งระบบความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม* ทั้งทางธรรมชาติ และทางสังคม

เฉพาะอย่างยิ่ง ในด้านสิ่งแวดล้อมทางสังคมนั้น เวลานี้ได้ยินกันชัดว่า มีอาการกระเทือนอย่างหนักที่ส่วนแกนกลางของสังคมนั้นทีเดียว คือความสัมพันธ์ในครอบครัว นี่ก็คือการที่สังคมเสียศูนย์ ซึ่งจะทำให้งานเสริมสร้างสุขภาวะสั่นคลอนไปทั้งระบบ ถ้าแก้ไขไม่ทัน จะตั้งหลักให้มั่นได้ยาก

แล้วก็มาถึงข้อที่สำคัญ คือ คนผู้เจริญอย่างว่าทั้งหลาย พากันใช้โอกาสที่ตนได้มาจากไอทีนั้นทอดตัวเองลงไป เพื่อให้เป็นโอกาสของนักแสวงหาผลประโยชน์ ที่จะได้จัดการเอาตัวเขาไปเป็นเหยื่อ

อย่างน้อยเขาก็เอาเวลาและโอกาสที่เขาได้จากไอทีไปมอบให้แก่มารและปวงความชั่วร้ายที่จะใช้เวลาและโอกาสนั้นจับตัวเขาหมกไว้ให้จมอยู่ในหลุมแห่งความประมาท สูญเสียโอกาสที่จะพัฒนาชีวิต และแม้แต่คุณภาพชีวิต รวมทั้งสุขภาวะที่มีอยู่ก่อนบ้าง ก็จะถูกทำลายหมดไป

การใช้เวลานั้น เป็นองค์ประกอบสำคัญของอารยธรรมมนุษย์ เพราะเป็นที่มาของการสร้างสรรค์พัฒนาสิ่งดีเลิศประเสริฐทั้งหลาย



เมื่ออารยธรรมเจริญขึ้น มนุษย์ก็ควรจะยิ่งมีความสามารถในการใช้เวลาได้ดีมากขึ้น แต่ถ้ามนุษย์ลุ่มหลงโง่เขลาปฏิบัติผิดต่อสิ่งแวดล้อม กาลเวลาที่ก้าวไป ก็กลายเป็นที่สะสมปัจจัยแห่งความวิบัติเสื่อมถอย อารยธรรมก็จะพลัดลงไปในวิถีแห่งหายนะ

ในทางที่ถูก ก็ต้องใช้ทั้งเทคโนโลยี และเวลาที่เป็นกำไรจากเทคโนโลยีนั้น อันรวมอยู่ในคำว่าสิ่งแวดล้อม ให้เป็น *ปัจจัย* เกื้อหนุนสิ่งที่เรียกว่าองค์รวมแห่งการดำเนินชีวิตที่ดี และเกื้อหนุนระบบการพัฒนาชีวิตของมนุษย์ ถ้าปฏิบัติถูกต้องอย่างนี้ สุขภาวะก็สำเร็จมาด้วยเองโดยอัตโนมัติ เพราะธรรมดาของธรรมชาติย่อมเป็นของมันอย่างนั้นเอง

แต่ปัญหาอยู่ที่ว่า มนุษย์ในโลกที่ถือตัวว่าพัฒนาแล้ว มีอารยธรรมสูงในยุคนี้ มีวิถีชีวิตที่เลื่อนลอย มักเป็นอยู่เพียงด้วยแนวคิดความเชื่อที่ยึดถือตามๆ กันมา เลื่อนไหลไปแค่ตามกระแสความรู้สึกนึกเห็น น้อยนักที่จะใส่ใจแสวงหาความรู้ที่ถ่องแท้ และคิดให้ชัดเจน ขาดปัญญาพื้นฐานของชีวิต ที่จะรู้จักเป็นอยู่ให้ถูกต้อง ไม่รู้เข้าใจระบบการดำเนินชีวิตของตน และไม่ตระหนักถึงการที่จะพัฒนาการดำเนินชีวิตนั้นให้เป็นอยู่ด้วยดี เขาจึงว่ายเวียนอยู่ในวังวนแห่งปัญหาของชีวิตและสังคม ที่เราเรียกว่าไม่มีสุขภาวะ

เพราะฉะนั้น จึงต้องมาพูดเรื่องนี้ให้รู้เข้าใจกัน ให้เป็นความตระหนักรู้ขึ้นมา แล้วก็ต้องให้มีการพัฒนาคนให้ถูกต้องตามหลักความเป็นจริงของธรรมชาติของชีวิตนั้น ให้เขามีชีวิตที่เป็นอยู่ถูกต้องหรือดำเนินชีวิตได้อย่างดี ดังที่เรียกว่าให้เป็นองค์รวมการดำเนินชีวิตที่ดี ด้วยระบบการพัฒนาคนที่ถูกต้องนั้น

เป็นอันกลับเข้ามาที่หลักกันอีก ทวนความว่า การพัฒนาคนที่จะบรรลุผล ให้เขามีสุขภาวะนั้น ก็คือ การที่องค์รวมของการดำเนินชีวิตทั้ง ๓ แดน ก้าวเกื้อกันไปโดยอิงอาศัยเป็นปัจจัยแก่กันอย่างลงตัวพอเหมาะพอดีสอดคล้องไปด้วยกัน โดยมี*อินทรีย์และกายวาจาสัมพันธ์*กับสิ่งแวดล้อมทั้งทางกายภาพและทางสังคมอย่างถูกต้องได้ผล เพราะมีจิตใจที่ได้พัฒนาให้มีคุณภาพพร้อมทั้งสมรรถภาพและสุขภาพอย่างดี เนื่องจากมี *ปัญญา* ที่รู้เข้าใจความต้องการของชีวิตท่ามกลางความเป็นจริงของโลก เป็นต้น

คนต้องมีความรู้เข้าใจว่าอะไรเป็นอะไร ทำอะไรอย่างไรจะถูกต้องได้ผลดี ชีวิตจึงจะดำเนินไปได้ ดังนั้นจึงต้องมีปัญญามานำ ตั้งต้นแต่รู้เข้าใจได้ข้อมูลว่า ในการที่จะปฏิบัติต่อสิ่งแวดล้อมในเรื่องนี้ เช่นในการที่จะกินนี่ เรากินอาหารอะไรจึงจะสนองความต้องการของชีวิตได้อย่างถูกต้อง หรือโดยตระหนักรู้อยู่ว่าอาหารตรงหน้าที่เราจะกินนี่ จะกินอย่างไรจึงจะไม่มีโทษแต่ได้ประโยชน์ที่สุด

เมื่อปัญญารู้เข้าใจถูกต้องแล้ว ถ้าจิตใจได้มีการพัฒนาไว้ดี ก็จะมีความต้องการสอดคล้องตามที่ปัญญาแจ้งชัดมา แล้วก็จะนำพาพฤติกรรมให้ปฏิบัติต่อสิ่งแวดล้อมเช่นกินอย่างถูกต้องด้วย



ทำให้จิตใจเกิดความพึงพอใจที่ได้สนองความต้องการด้วยความรู้เข้าใจมองเห็นผลดี นี่แหละก็ดำเนินไปได้ด้วยกันทั้งขบวน โดยมีองค์ร่วมครบทั้งสามแดน

ไม่ใช่แค่เจออร่อยก็กินไปๆ ไม่เคยฝึกตัวไว้ ชีวิตดำเนินไปแบบขาดๆ แหว่งๆ ไม่เต็มระบบไม่ครบองค์รวม

ตกลงว่า นี้คือระบบแห่งองค์รวม ที่ประกอบด้วยองค์ร่วมที่มีความสัมพันธ์กันอย่างถูกต้อง มาเป็นปัจจัยเกื้อหนุนซึ่งกันและกัน ให้ชีวิตเป็นอยู่ดำเนินชีวิตไปได้ดีงามยิ่งขึ้น มีการพัฒนาในทิศทางที่ดียิ่งขึ้น

ไม่ใช่ว่า อยู่กันมาก็อยู่กันไป บอกว่าอยู่ในประเทศพัฒนา แต่การดำเนินชีวิตไม่ได้พัฒนาเลย

สุขภาวะจะมีจริงได้ ต้องพลิกผันอารยธรรมสู่ทิศทางใหม่

ไปๆ มาๆ ไม่รู้ว่าคำว่าพัฒนานี้ เราจะให้ความหมายว่าอย่างไร ตอนนี้ต้องพูดว่าคำว่าพัฒนานั้นมีปัญหาแล้วละ เพราะว่ามันคับแคบ มันมีความหมายซึ่งสนองแนวคิดที่ผิด

เมื่อมีแนวคิดที่ไม่ถูกต้อง เราก็ให้ความหมายของคำว่าพัฒนาผิดพลาดด้วย เป็นเรื่องธรรมดา เพราะว่าเมื่อความรู้ความเข้าใจในเรื่องชีวิต เรื่องความเป็นอยู่ เรื่องความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมไม่มีหรือไม่ถูกต้อง ก็พาให้เกิดความผิดพลาดทางปัญญา เรียกว่ามิจฉาทิฐิ เป็นทิฐิผิด คือเห็นผิด แนวคิดผิด เชื่อผิด เข้าใจผิด

เมื่อทิฐิผิด ก็คิดผิด พอคิดผิด ก็พูดผิด ก็ทำผิด ปฏิบัติต่อสิ่งแวดล้อมผิด ก็เป็นอยู่ผิด ดำเนินชีวิตผิด ไปหมดทั้งกระบวนเลย

เหมือนอย่างปัจจุบันนี้ ถ้ามองในระดับใหญ่กว้างครอบคลุม เอาทั้งอารยธรรม ก็ถือว่ามนุษย์ชาวตะวันตกในสายอารยธรรมนี้มีปัญญายิ่งใหญ่

ตั้งแต่ยุคกรีก ก็มีนักปรัชญาเด่นสำคัญ ทั้ง โสเครตีส เพลโต อริสโตเติล ซึ่งมีชื่อเสียงยิ่งใหญ่เหลือเกิน แต่มาตอนนี้ก็เกิดปัญหาในเรื่องสำคัญ ที่ชาวตะวันตกด้วยกันเองตำหนิติเตียนหรือไม่ก็โอดครวญว่า ภัยพิบัติร้ายที่สุดของโลก ที่ประจักษ์ในปัจจุบันนี้ มีต้นตอมาจากรากฐานแนวคิดที่ผิด ในอารยธรรมที่ยิ่งใหญ่ของตนนั่นเอง

ภัยพิบัติอะไร ก็ปัญหาสิ่งแวดล้อมเสื่อมโทรมนี่ไง แล้วแนวคิดต้นตออะไร ก็แนวคิดที่มุ่งจะพิชิตธรรมชาติใช่ไหม

แนวคิดพิชิตธรรมชาตินี้ เป็นแนวคิดใหญ่อันหนึ่ง ที่เรียกว่าเป็นทิฐิพื้นฐานของอารยธรรมตะวันตก โสเครตีสก็คิดอย่างนี้ เพลโตก็คิดอย่างนี้ อริสโตเติลก็คิดอย่างนี้ บางทีเขาเถียงกันว่าอริสโตเติลคิดในแนวต่างออกไปหน่อย แต่โดยรวมแล้วก็เป็นการคิดที่จะพิชิตธรรมชาตินั้นแหละ ที่เขาเรียกว่า conquest of nature คือจะเอาชนะธรรมชาติ หรือต้องการเป็นนายธรรมชาติ (mastery of nature) หรือครอบครองธรรมชาติ (dominion over nature)



อารยธรรมตะวันตกตลอดมาสองพันกว่าปี มีจุดมุ่งหมายอันนี้ทั้งหมด คือต้องการเอาชนะธรรมชาติ และถือว่าเป็นรากฐานใหญ่แห่งความเจริญปัจจุบัน โดยเฉพาะความก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี

เขาถือกันมา และภูมิใจกันมานักหนา จนกระทั่งถึงทศวรรษ ๑๙๖๐s ในอเมริกา จึงเกิดอาการตื่นตระหนกต่อปัญหาธรรมชาติสิ่งแวดล้อมที่กำลังจะวิบัติ แล้วก็ตื่นตัวหาทางแก้ไข มีการเคลื่อนไหวต่างๆ รัฐก็ตั้งหน่วยงานด้านสิ่งแวดล้อมขึ้นมา

ความตื่นตัวกว้างออกไปถึงระดับโลก ดังที่ในปี ๑๙๗๒ ก็เกิดการประชุมสุดยอดของโลกในด้านสิ่งแวดล้อมขึ้น เรียกว่า Earth Summit ครั้งแรก

นี้คือผลลัพธ์ของแนวคิดพิชิตธรรมชาติ เป็นการสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมที่ผิดพลาดในระดับที่ใหญ่ที่สุด คือในระดับโลกเลย เพราะมนุษย์ที่คิดจะพิชิตธรรมชาติ ออกไปจัดการกับธรรมชาติตามใจชอบ เพื่อเอาธรรมชาติมารับใช้บำรุงบำเรอปรนเปรอตน ก็ทำให้สิ่งแวดล้อมทั้งหลายเสื่อมโทรม ทั้งทรัพยากรธรรมชาติร่อยหรอ ทั้งเกิดมลภาวะต่างๆ แล้วก็ย้อนมาเกิดภัยอันตรายต่อชีวิตของมนุษย์เอง

เมื่อมนุษย์มองเห็นภัยอันนี้ว่าร้ายแรงนัก และคิดว่าถ้าขืนทำอย่างเดิมต่อไป ตัวเองจะอยู่ไม่ได้ ก็เลยต้องคิดจัดวางจริยธรรมที่เรียกว่า Environmental Ethics ขึ้นมา บอกว่าให้คนมี restraint ยอมยับยั้งชั่งใจ ควบคุมตัวเองในความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม ในการที่จะไม่บริโภคเกินควร ที่จะไม่เอาเปรียบธรรมชาติเกินไป ไม่ทำลายธรรมชาติมากนัก นี้เป็นตัวอย่างบทเรียนจากการสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมที่ผิด

นอกเหนือจากแนวคิดใหญ่ที่ผิดนี้ ขอให้ไปศึกษาดูเถอะ แนวคิดย่อยก็อันเดียวกัน แม้กระทั่งการที่คนแต่ละคนจะสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมก็อยู่ใต้แนวคิดอันนี้ คือฝรั่งมองตัวคนแยกต่างหากจากธรรมชาติ และมองธรรมชาติว่าเป็นปฏิปักษ์กับคนมาโดยตลอด รวมเป็น ๓ ขั้น

๑. มนุษย์แยกต่างหากจากธรรมชาติ

๒. มนุษย์กับธรรมชาติเป็นปฏิปักษ์กัน

๓. มนุษย์จะต้องเอาชนะธรรมชาติ

นี้คือแนวคิดหลักที่เป็นมา ในการที่มนุษย์จะสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม เอาชนะธรรมชาติก็คือเป็นปฏิปักษ์กับมัน

ทำไมฉันจะต้องเอาชนะมันให้ได้ ก็เพราะว่าธรรมชาตินี้แหละมันทำให้ฉันไม่มีความสุข ฉันทำอะไรไม่ได้ตามชอบใจ ต้องคอยตามใจมัน ไม่ว่าจะทำไร่ ไถนา จะปลูกข้าว จะจับปลา จะทำมาหากินอะไร ก็ต้องคอยฝนฟ้าฤดูกาล หน้ำซ้ำ ปลูกข้าว ทำสวนทำไร่ไว้งอกงามดี อยู่ๆ น้ำเหนือน้ำป่ามาท่วมเสียหายหมด อย่างนี้ฉันแย่ แต่ที่ฝรั่งเจอทุกปี ฤดูหนาวมาถึง เป็นเดือดร้อนใหญ่ทุกที เพราะฉะนั้นฉันจะต้องหาทางเอาชนะ หาทางให้ธรรมชาติอยู่ใต้บงการของฉัน



ความมุ่งหมายใฝ่ฝันนี้เป็นแรงขับดันให้ชาวตะวันตกมีเจตจำนงมุ่งมั่นที่จะเอาชนะธรรมชาติ และทำให้พัฒนาวิทยาศาสตร์ขึ้น เพื่อล่วงรู้ล้วงเอาความลับของธรรมชาตินั้น มาใช้จัดการกับมัน

มีข้ำๆ แทรกนิดหนึ่งว่า วิทยาศาสตร์ที่ได้พัฒนากันมาอย่างนี้เมื่อยังไม่ประยุกต์ใช้ ก็เรียกว่าวิทยาศาสตร์บริสุทธิ์ คือ pure science

ก็เลยมีนักวิทยาศาสตร์พวกหนึ่งบอกว่า วิทยาศาสตร์อะไรบริสุทธิ์ pure science ที่ไหนมันไม่ pure จริงหรอก เหมือนกับเป็นการเล่นคำกันว่า วิทยาศาสตร์นั้นไม่บริสุทธิ์จริง มันไม่ pure เพราะมีเจตจำนงที่ไม่บริสุทธิ์อยู่เบื้องหลัง คือเจตนาที่จะเอาชนะธรรมชาติ หรือเพราะแนวคิดที่จะพิชิตธรรมชาตินี้แหละ ความรู้วิทยาศาสตร์จึงได้เจริญขึ้นมา

[นอกจากนี้ในยุคอุตสาหกรรมก้าวไกล ที่พยายามใช้ความรู้วิทยาศาสตร์เอาชนะธรรมชาติกันมากขึ้นๆ ก็มีเรื่องฉาวโฉ่บ่อยครั้งว่ามีการวิจัยทางวิทยาศาสตร์เพื่อรับใช้ธุรกิจอุตสาหกรรม โดยมีเรื่องเงินๆ ทองๆ เข้ามาเป็นแรงจูงใจ ถึงกับมีผู้เขียนหนังสือขึ้นมา (โดย Robert Bell) ตั้งชื่อว่า impure science]

ในเรื่องนี้ ฝรั่งเขามองอย่างไร ฝรั่งมองว่า วิทยาศาสตร์เจริญขึ้นก็คือการที่มนุษย์ได้ล่วงรู้ความลับของธรรมชาติ แล้วจะได้จัดการธรรมชาติได้ตามความประสงค์ของมนุษย์ ทีนี้ การจัดการธรรมชาตินั้น จะทำได้อย่างไร เราก็ใช้เทคโนโลยีจัดการ จึงต้องพัฒนาเทคโนโลยีขึ้นมา

สมัยก่อนโน้น มนุษย์มีเทคโนโลยีที่ไม่ต้องอาศัยวิทยาศาสตร์ แต่พอมีวิทยาศาสตร์มาช่วยเทคโนโลยีก็พัฒนากันใหญ่ ก้าวหน้ามากมาย พอได้เทคโนโลยีที่ก้าวหน้ามา ก็เอาไปพัฒนาอุตสาหกรรม พออุตสาหกรรมพัฒนาขึ้นมา อุตสาหกรรมก็เอาธรรมชาติมาเป็นวัตถุดิบรวมทั้งเป็นเชื้อเพลิง แล้วก็ผลิตโภคภัณฑ์ขึ้น เพื่อเอามาสนองความต้องการของมนุษย์ให้เกิดมีสิ่งเสพบริโภคพรั่งพร้อม เรียกว่าความเจริญในด้านที่เรียกว่าเศรษฐกิจ ดูสั้นๆ ว่า เศรษฐกิจพัฒนาขึ้นมาด้วยอุตสาหกรรม

เมื่อมองดูตลอดสายจะเห็นว่า ที่ว่ามานี้คือขบวนการพัฒนาของอารยธรรมปัจจุบัน ได้แก่ วิทยาศาสตร์ ➡ เทคโนโลยี ➡ อุตสาหกรรม ➡ เศรษฐกิจ จนกระทั่งมาเป็นสังคมบริโภคนิยมในปัจจุบัน ที่หวังความสุขจากการเสพบริโภค

แล้วไปๆ มาๆ เมื่อที่ไหนมั่งคั่งพรั่งพร้อมสะดวกสบายหนักเข้า พอถึงจุดหนึ่งก็ชักจะหันเอียน ไม่เห็นจะมีความสุขสมใจหมาย แต่กลายเป็นอืดเฟ้อบ้าง เบื่อหน่ายบ้าง เกิดปัญหาใหม่ๆ ที่นักหนาบ้าง ก็เกิดความผิดหวัง แถมมีปัญหาใหม่ๆ พะรุงพะรังที่จะต้องแก้ไข แทบจะต้องมาคิดตั้งต้นกันใหม่

ทั้งหมดนี้ทำให้เราต้องหวนกลับมาพิจารณาว่า แนวคิดที่เป็นฐานของอารยธรรมปัจจุบันนี้เป็นทิฐิที่ผิดตั้งแต่วงรอบใหญ่เลยทีเดียว เมื่อวงรอบใหญ่ผิด วงรอบเล็กในชีวิตของแต่ละคน



ก็ผิดไปตาม เพราะแต่ละคนโดยไม่รู้ตัว ก็มองธรรมชาติเป็นปฏิปักษ์ ที่เราจะต้องไปต่อสู้ปราบปรามเอาชนะ

คนมองธรรมชาติเป็นของนอกตัว ทั้งที่แท้จริงนั้น ชีวิตเราเองเป็นธรรมชาติ เราเป็นส่วนหนึ่งของธรรมชาติ (ที่จริงเป็นธรรมชาติส่วนหนึ่ง) ชีวิตเราเป็นธรรมชาติอยู่ในตัว

เมื่อเรื่องเป็นอย่างนี้ มนุษย์ก็จึงต้องเปลี่ยนแนวคิดใหม่ ต้องมองทุกอย่างใหม่หมด ต้องเปลี่ยนท่าทีต่อธรรมชาติ ต่อสิ่งแวดล้อม และต่อชีวิตของตัวเองหมดเลย

ในขั้นพื้นฐานก็ต้องไม่มีการแบ่งแยก ไม่มองมนุษย์กับธรรมชาติแยกจากกัน เพราะว่ามนุษย์นี้คือชีวิตที่เป็นธรรมชาติส่วนหนึ่ง มนุษย์เป็นธรรมชาติอยู่ในตัวเอง ตอนนี้เราต้องมองประสานให้หมด พอมองประสานกัน ก็มีทางที่จะเกื้อกูลและอยู่อย่างกลมกลืนซึ่งกันและกัน

การมีแนวคิดใหม่ ก็คืองานของ *ปัญญา* ที่รู้ความจริง และคิดถูกทาง ให้ทิฐิถูกต้อง เป็นสัมมาทิฐิ พอแนวคิดถูกต้อง ก็คิดถูก ตั้งใจถูก ว่าจะไม่มุ่งเอาชนะธรรมชาติแล้ว แต่มีเจตจำนงที่จะใช้ปัญญานั้น เอาความรู้เข้าใจมาจัดสรรระบบความสัมพันธ์ในธรรมชาติให้ดี ให้หันมาประสานเกื้อกูลซึ่งกันและกัน จากนั้น *พฤติกรรม* ในการสัมพันธ์กับธรรมชาติปฏิบัติต่อสิ่งแวดล้อมก็เป็นไปตามในทางที่จะประสานเกื้อกูล

เป็นอันว่า เมื่อแนวคิดถูกต้องแล้ว ระบบการดำเนินชีวิตของเราก็ก้าวไปทางที่จะถูกต้องด้วย ดังนั้น การปรับแก้จึงต้องทำตั้งแต่วงเล็กในแต่ละบุคคลไปจนกระทั่งถึงแนวคิดใหญ่ และระบบการทั้งมวลที่เรียกว่าอารยธรรมทั้งหมด ให้ประสานเป็นอันเดียวกัน นี้เป็นการพูดแบบครอบคลุม แต่รวมความมันก็ต้องเป็นอย่างนี้ ไม่มีทางเลี่ยง

พอถึงขั้นนี้ ที่เราบอกว่าจะเชื่อมประสานมนุษย์กับธรรมชาติให้เป็นอันเดียวกัน ให้ชีวิตของเราอยู่กันได้ด้วยดีกับธรรมชาติ และจะต้องเกื้อกูลกันกับธรรมชาติ ก็คือมาคล้ายกับนักคิดฝรั่งสมัยใหม่บางคน ที่บอกว่าจะให้อยู่ร่วมกันโดยสันติ คือ peaceful coexistence

ก่อนหน้านี้มีคำว่า peaceful coexistence สำหรับใช้กับมนุษย์ด้วยกัน เรียกว่าเป็นการอยู่ร่วมกันอย่างสันติกับเพื่อนมนุษย์ แต่ตอนนี้เขาจะให้มี peaceful coexistence กับธรรมชาติด้วย ความจริง ถ้ามองให้ชัด ก็ไม่จำเป็นต้องมี เพราะคำว่า peaceful coexistence นั้นฟ้องว่ายังมีแนวคิดที่มองมนุษย์กับธรรมชาติเป็นคนละพวก แต่ก่อนนั้นเป็นศัตรูกัน แล้วตอนนี้ก็จะมาอยู่ร่วมกันโดยสันติ นี่คือร่องรอยความคิดเดิมของฝรั่ง และเป็นตัวอย่างหนึ่งในการหาทางออกของเขา

แท้จริงแล้วมนุษย์กับธรรมชาตินั้นเป็นอันเดียวกันเลย ซึ่งในความเป็นจริงหรือโดยสภาวะมันเป็นอันเดียวกันอยู่แล้ว ทำอย่างไรจะให้ชีวิตเราอยู่ในธรรมชาติอย่างประสานกลมกลืนและเกื้อกูลกัน เราก็อย่าไปแยกออกมาเป็นปฏิปักษ์กันเสีย ก็เท่านั้นเอง



แต่ทั้งนี้ก็ไม่ใช่ว่ามันจะอยู่กันดีได้เฉยๆ เราก็ต้องมีปัญญาที่จะจัดสรรเหตุปัจจัยให้ระบบมันดำเนินไปในทางที่จะเกื้อกูลกัน เป็นแต่ว่าในจิตใจจะต้องมีเจตจำนงที่มุ่งในทางที่จะเกื้อกูลอย่างนั้น

อันนี้เป็นแนวคิดดั้งเดิมเก่าแก่ที่จะต้องยกขึ้นมาย้ำเน้นกันใหม่ และจะต้องทำให้ได้ เพราะว่าการสัมพันธ์ปฏิบัติต่อธรรมชาติให้ถูกต้องนี้เป็นองค์ประกอบขั้นพื้นฐานของสุขภาวะเลยทีเดียว ยิ่งในเมื่อปัญหาสิ่งแวดล้อมเป็นปมติดตันใหญ่ของโลกในปัจจุบัน เราจะต้องช่วยหาทางทำให้ลงตัวกับปัญหาสิ่งแวดล้อมนั้นให้ได้ ต้องจับเงื่อนที่จะแก้ไขให้ถึงขั้นปัญญา ให้ถึงแนวคิด ต้องให้ตระหนักความจริงว่า มนุษย์เราก็เป็นชีวิต ชีวิตเราก็เป็นธรรมชาติ

ตอนนี้ในด้านแนวคิด เขายอมให้เราประสานมนุษย์กับธรรมชาติได้แล้ว ยอมรับกันแล้วว่าชีวิตกับธรรมชาติเป็นอันเดียวกัน ทีนี้ก็อยู่ที่ว่าจะไปจัดการในทางปฏิบัติให้ลุจุดหมายกันได้อย่างไร

สุขภาวะจะสำเร็จได้ ต้องแก้ไขให้หมดความขัดแย้งในระบบ

เมื่อกี้เราพูดถึงชีวิตที่เป็นองค์รวมซึ่งมีสามแดน ตอนนี้เราจะก้าวกว้างออกไปอีกขอบเขตหนึ่ง คือมองว่า องค์รวมแห่งชีวิตนี้ เป็นองค์ร่วมในองค์รวมที่ใหญ่ขึ้นไปอีก

องค์รวมใหญ่นี้มีองค์ร่วมอะไรบ้าง ก็มีมนุษย์ ธรรมชาติ (หรือพูดด้วยภาษาสมัยใหม่ว่าสิ่งแวดล้อม) และสังคม

ปัญหาของปัจจุบันก็คือ *มนุษย์ สิ่งแวดล้อม* และ *สังคม* ทั้งที่รวมอยู่ในระบบสัมพันธ์ใหญ่อันเดียวกัน แต่ไม่ประสานกลมกลืนกัน กลับมักจะขัดแย้งกัน ทำอย่างไรจะให้อยู่กันได้ด้วยดีอย่างประสานกลมกลืน ถ้าองค์ร่วมสามอย่างนี้อยู่กันด้วยดีได้ ก็หมายถึงการที่มนุษย์จะสามารถมีสุขภาวะด้วย แต่ถ้าสามอย่างนี้ยังขัดกัน สุขภาวะของวิทยาศาสตร์ก็ยังมาไม่ได้

ในการดำเนินชีวิตสามแดนที่ว่าข้างต้น เราพูดไปแล้วว่า ในแดนแรกต้องให้ชีวิตมีความสัมพันธ์ที่ดีเกื้อกูลกันกับสิ่งแวดล้อม และกับสังคม ถึงตอนนี้เราบอกว่ายังไม่จบเท่านั้น จะต้องให้ปัจเจกชนกับสังคม และสิ่งแวดล้อมกับสังคม กลมกลืนเกื้อกูลกันด้วย

นี่ก็คือการพูดขยายออกไปว่า ต้องทำให้ทั้งชีวิตมนุษย์และสิ่งแวดล้อม และสังคม ประสานเกื้อกูลกลมกลืนกันทั้งหมด

แต่ปัญหาก็คือ เวลานี้ทั้งสามอย่างนั้นขัดกันทั้งหมด เริ่มตั้งแต่เรื่องมนุษย์กับสิ่งแวดล้อมขัดกัน อันนี้ก็ชัดเจนอย่างยิ่ง ก็คือปัญหาเรื่องมนุษย์มุ่งเอาชนะธรรมชาติ จนกระทั่งสิ่งแวดล้อมเสื่อมโทรมไปทั่ว ดังที่พูดไปแล้ว

ต่อจากนั้น มนุษย์แต่ละบุคคลหรือปัจเจกชน กับสังคม ก็ขัดแย้งกัน มนุษย์แต่ละคนเห็นแก่ตัว เมื่อเขาเที่ยวแสวงหาความสุข ก็แก่งแย่งช่วงชิงกัน เบียดเบียนกัน สังคมก็เดือดร้อน

ในทางกลับกัน ถ้าจะให้สังคมอยู่ดี บุคคลก็ต้องยับยั้งการที่จะได้จะเอา ต้องยอมเสียสละเพื่อสังคม ถ้าเสียสละเพื่อสังคมก็คือตัวฉันแย่ ฉันก็ต้องยอมทุกข์หรือยอมทน ไม่ได้ความสุข

นี่ก็คือความขัดแย้งในทางผลประโยชน์ระหว่างสังคมกับปัจเจกบุคคล คือ ถ้าจะให้สังคมได้ปัจเจกบุคคลก็ต้องเสีย ถ้าจะให้ปัจเจกบุคคลได้ สังคมก็ต้องเสีย

สภาพขัดแย้งกันอย่างนี้ ปัจจุบันก็เป็นอยู่แล้ว ขัดกันถึงในระดับลัทธินิยมอุดมการณ์จนจะกลายเป็นเพียงทางเลือกว่าต้องเอาอย่างใดอย่างหนึ่ง ทำให้มาเถียงกันว่า เราจะเอาปัจเจกชนเป็นหลัก ให้ปัจเจกชนได้ตามชอบใจ โดยยอมปล่อยสังคมจะเป็นอย่างไรก็เป็นไป หรือจะเอาสังคมเป็นหลัก ให้ปัจเจกบุคคลยอมอุทิศตนเสียสละให้แก่สังคม

อันนี้ก็ทำนองเดียวกับความขัดแย้งในความสัมพันธ์ระหว่างสังคมมนุษย์กับธรรมชาติ คือถ้าจะให้ธรรมชาติอยู่ดี มนุษย์ก็ต้องยอมที่จะไม่ได้กินไม่ได้เสพตามชอบใจ ต้องยอมอดยอมลดความสุข หรือแม้แต่ยอมทนทุกข์ แต่ถ้าจะให้มนุษย์สุขสมหมาย ก็ต้องยอมปล่อยให้สิ่งแวดล้อมเสื่อมโทรม

สภาพขัดแย้งอย่างนี้แหละ ที่ทำให้มนุษย์ยุคปัจจุบันต้องประสบปัญหามากมาย และทำท่าจะอับจน หาทางออกไม่ได้ เพราะเหตุว่า ตัวเองนั้นหนักไปข้างที่จะเอาตัวสุขสบายเป็นหลักโดยไม่ต้องคำนึงถึงสังคมและสิ่งแวดล้อม

แต่ถ้าเอาแบบนั้น ก็จะเจอปมตีกลับที่กลืนไม่เข้าคายไม่ออก คือ ถ้าปล่อยปละละเลยสังคมไม่จัดการควบคุมคนให้สังคมสงบเรียบร้อยอยู่ดี พอสังคมวุ่นวาย ตัวบุคคลเองก็ต้องเดือดร้อนด้วยหรือถ้าจะไม่พิทักษ์สิ่งแวดล้อม พอมันเสื่อมโทรมไป คนเองก็อยู่ดีไม่ได้ ต้องเดือดร้อนอีก

ด้วยเหตุที่ว่านั้น มนุษย์สมัยนี้จึงต้องจำใจจำยอมทำตามข้อกำหนดของจริยธรรมทางสิ่งแวดล้อมข้อที่เรียกว่า restraint คือการยับยั้งชั่งใจ ควบคุมตัวเอง โดยเฉพาะยับยั้งการเสพบริโภค ซึ่งเท่ากับยอมจำกัด ยอมอดยอมลดความสุขของตัวเอง

สถานการณ์อย่างนี้แสดงว่า มนุษย์ยุคปัจจุบันกำลังประสบปัญหาอย่างหนักจากภาวะขัดแย้งในระบบการดำรงอยู่ของตนเอง และหาทางออกที่จะแก้ไขปัญหาให้ลงตัวไม่ได้ และกลายเป็นมนุษย์ยุคที่มีทุกข์มาก หรือเต็มไปด้วยความทุกข์มากมายหลายด้าน

ถ้าอย่างนั้น ก็ต้องหาหลักการใหม่ในการแก้ปัญหา ต้องมีแนวคิดแนววิธีที่จะจัดปรับระบบการดำรงอยู่ของมนุษย์กันใหม่ ที่จะให้ความสำเร็จของมนุษย์ไม่ก่อให้เกิดภาวะขัดแย้งที่กล่าวมา แต่จะต้องเป็นความสำเร็จหรือบรรลุจุดหมายที่หมายถึงความอยู่ดีด้วยกันอย่างเกื้อกูลและกลมกลืนในระบบทั้งหมด

นี้แหละคือเหตุผลที่เราจะต้องพัฒนามนุษย์ตามหลักองค์รวมแห่งการดำเนินชีวิตสามแดนที่พูดมาแล้ว ซึ่งมีหลักการที่บอกว่า ชีวิตมนุษย์กับธรรมชาติสิ่งแวดล้อม ก็ดี ปัจเจกชนกับสังคม



ก็ดี จะต้องประสานกลมกลืนเกื้อกูลซึ่งกันและกัน สอดคล้องเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน ไม่ให้ผลประโยชน์ขัดกัน ไม่ให้เกิดภาวะขัดแย้งกัน

เป็นอันว่า เนื่องจากขณะนี้มนุษย์กับสิ่งแวดล้อมก็ดี ปัจเจกชนกับสังคมก็ดี มีผลประโยชน์ขัดกันเราจะต้องเปลี่ยนระบบความสัมพันธ์ใหม่ในองค์ร่วมทั้งสามมีผลประโยชน์ร่วมกัน และก้าวไปอย่างประสานเกื้อกูลซึ่งกันและกันให้ได้ ถ้าใครถามว่า แนวคิดที่จะช่วยให้ทำอย่างนี้ได้มีไหม ทำได้ไหม ก็ตอบว่ามี และทำได้แน่นอน

ที่ผ่านมานั้น การแก้ปัญหาติดตัน ก็เพราะเหตุเพียงแค่ว่ามนุษย์ไม่มีปัญญามองเห็นความจริง จึงมีแนวคิดที่ผิด เห็นผิด มองผิด คิดผิด ดังนั้น เมื่อจะแก้ปัญหา ตัวตัดสินก็อยู่ที่ปัญญานั่นแหละ เมื่อปัญญามา เรามีแนวคิดถูกต้อง เห็นถูก คิดถูกต้องแล้ว ก็มาพัฒนาคนมาปรับเปลี่ยนสภาพจิตใจใหม่ มาจัดสรรความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมใหม่

ภาวะจิตใจกับปัญญา ในระบบสัมพันธ์ที่ควรศึกษาให้ชัด

โดยเฉพาะข้อว่าจิตใจเปลี่ยนได้ด้วยปัญญานั้นเป็นเรื่องธรรมดาของธรรมชาติที่ควรเน้นไว้ เพราะเวลานี้ เราไปเห็นฝรั่งพูดถึงเรื่อง emotional intelligence พูดถึง EQ เข้า ก็ตื่นกัน คิดว่าเป็นเรื่องใหม่

ฝรั่งเขาติดอยู่กับ IQ มานาน เอาแต่เรื่อง intelligence เน้นแต่ด้านสติปัญญา ซึ่งน่าจะเป็นไปด้วยอิทธิพลตามสภาพของยุคสมัยด้วย

ตามประวัติศาสตร์ ชาวตะวันตกเริ่มตื่นตัวทางปัญญา ตั้งแต่ยุคฟื้นฟูศิลปวิทยาการของกรีกและโรมันโบราณ แล้วต่อมาไม่ช้าก็เข้ายุคปฏิวัติวิทยาศาสตร์ (ถือว่าเริ่มใน ค.ศ. ๑๕๔๓ / พ.ศ. ๒๐๘๖ และถึงจุดสูงสุดในปี ๑๖๘๗ / ๒๒๓๐) ตามด้วยยุคพุทธิปัญญา หรือยุคแห่งเหตุผล (Enlightenment หรือ Age of Reason) แห่งคริสต์ศตวรรษที่ ๑๘ ที่ควบคู่กับยุคปฏิวัติอุตสาหกรรม (เริ่ม ๑๗๕๐ / ๒๒๙๓)

ภาวการณ์ทั้งหลายตลอดยุคสมัยเหล่านี้ กระตุ้นกระแสนิยมวิทยาศาสตร์ (scientism) จนคนถือวิทยาศาสตร์เป็นเครื่องวัดทุกสิ่งทุกอย่าง มองอะไรๆ ว่าเป็นวิทยาศาสตร์หรือไม่ เป็นเหตุเป็นผลหรือไม่ ยกย่องเชิดชู intelligence เอียงดิ่งไปข้าง intellect มาเกือบครึ่งสหัสวรรษ

พร้อมนั้น ตลอดยุคสมัยที่ว่ามา ตะวันตกก็สุดโต่งไปทางความคิดแยกส่วน ซึ่งก็เป็นลักษณะความคิดของยุคนิยมวิทยาศาสตร์นั่นเอง ที่สามารถในการแยกส่วนย่อยไปวิเคราะห์จนชำนาญพิเศษ แต่มักไม่มองความสัมพันธ์เชิงเหตุปัจจัยระหว่างส่วนย่อยที่แยกออกไปนั้น

จะเห็นได้แม้แต่ในเรื่องพัฒนาการ ๔ ด้าน ที่เขาแยกองค์รวมออกไป แต่เขาไม่ได้สนใจกับความสัมพันธ์ระหว่างพัฒนาการทั้ง ๔ ด้านนั้น ทั้งที่ความสัมพันธ์ระหว่าง ๔ ด้านนั้นแหละเป็นเรื่องสำคัญอย่างยิ่งสำหรับระบบองค์รวม ดังได้พูดมาในเรื่ององค์รวมสามแดนแห่งการดำเนินชีวิต

ถึงตอนนี้ ก็ประจวบพอดีว่า กระแสนิยมวิทยาศาสตร์เสื่อมคลาย และความคิดแยกส่วนชำนาญพิเศษถอยซาจากความเชื่อถือ การเพ่งแต่ด้านปัญญาโดยเอาเหตุผลเป็นเกณฑ์ตัดสินก็มีอำนาจอ้างอิงลดลง แนวคิดองค์รวมเริ่มเฟื่องฟูขึ้น (ภูมิปัญญาชาวบ้าน การแพทย์ทางเลือก เป็นต้น ก็เข้ามาสู่ความสนใจ เป็นที่ยอมรับ และแพร่หลายในระยะนี้)

ในช่วงนี้เอง ก็เกิดมีนักจิตวิทยาอเมริกันรุ่นใหม่[๑] มาเห็นความสำคัญของ emotion ในแง่ที่สัมพันธ์กับปัญญา (ถ้าพูดให้ถูก น่าจะว่า ความสำคัญของปัญญาในแง่ที่สัมพันธ์กับ emotion) และความสำเร็จทางสังคมเรื่อง emotional intelligence ก็โด่งดังขึ้นมา ซึ่งแสดงให้เห็นว่า ท่านเหล่านี้หันมาใส่ใจจริงจังในเรื่องความสัมพันธ์เชิงเหตุปัจจัยระหว่างปัญญากับภาวะจิตใจ (อารมณ์) และสังคม เข้าแนวของการมองอย่างเป็นระบบ และเป็นองค์รวม

ฝรั่งมาเห็นว่าปัญญา (พึงสังเกตว่าในที่นี้เขาใช้คำว่า intelligence) สัมพันธ์เชิงปัจจัยกับ emotion ไม่ใช่แค่ทางเดียว แต่ซึ่งกันและกัน

โดยเฉพาะ เขาบอกว่า emotion มีบทบาทสำคัญมากกว่าที่รู้เข้าใจคิดกันมา และความชาญฉลาดในการปฏิบัติจัดการด้าน emotion ให้ดี มีส่วนสำคัญยิ่งสำหรับการดำเนินชีวิตและการพัฒนาคนให้ได้ผลดี ที่จะทำให้ก้าวหน้าในสังคม และให้สังคมงอกงาม โดยคนมีความสำเร็จในชีวิต ด้วยการมีพฤติกรรมที่เหมาะที่ดีที่สร้างสรรค์

ถือได้ว่า ฝรั่งรายนี้มองครบสามแดน แม้ว่าในเรื่องพฤติกรรมเขาจะพูดถึงเพียงเป็นเรื่องพ่วงพลอยเท่านั้น และเขาไม่ได้แสดงความเป็นระบบออกมาชัดๆ เพราะเขามีจุดเน้นซึ่งมุ่งให้เห็นความสำคัญของ emotion ที่มีต่อปัญญา ในความสัมพันธ์กับปัญญา และการปฏิบัติจัดการกับ emotion ในการดำเนินชีวิตที่ดีมีความสุขสำเร็จในสังคม (และทั้งนี้ มิได้หมายความว่าความเข้าใจในความหมายของคำว่า **"ปัญญา"** ตลอดจนระบบความสัมพันธ์ในเรื่องชีวิตนี้ ระหว่างของเขากับของเรา จะตรงหรือเหมือนกัน)

เป็นความจริงว่า emotion คือพวกสภาพจิต หรือภาวะจิตใจ (หรืออารมณ์ ตามภาษาทั่วไป) เช่น ความโกรธ ความเกลียด ความรัก ความมีเมตตากรุณา ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ความเห็นใจ ความร่าเริงสดใส ความปลาบปลื้มเปรมใจ เป็นต้นนี้ มีความสำคัญมาก และโดยธรรมชาติเอง emotion หรือภาวะจิตใจนั้น ย่อมพัฒนาไปโดยสัมพันธ์ทั้งกับปัญญาและกับพฤติกรรม โดยเฉพาะในการอยู่ร่วมสังคม

---

[๑] Peter Salovey John Mayer นำเสนอความคิดเรื่องนี้ ในปี ๑๙๙๐/๒๕๓๓ ต่อมานักเขียนชื่อ Daniel Goleman ออกหนังสือ Emotional Intelligence ในปี ๑๙๙๕/๒๕๓๘ ทำให้ความคิดนี้โด่งดังขึ้นมา - Microsoft Encarta Library ๒๐๐๕, **"Intelligence"**



เฉพาะอย่างยิ่ง ความสัมพันธ์เป็นปัจจัยต่อกันระหว่างภาวะจิตใจกับปัญญานั้น เป็นเรื่องสำคัญมากในการพัฒนามนุษย์

ด้านที่ภาวะจิตใจเป็นปัจจัยต่อปัญญา ก็เห็นได้ง่าย มีคำสอนอยู่ทั่วไป เช่น ในด้านร้าย ดังพุทธพจน์ว่า *"คนโกรธแล้ว ไม่รู้อรรถ ไม่เห็นธรรม เมื่อความโกรธครอบงำคนมีแต่ความมืดตื้อ"*

ในด้านดี เช่น *"ผู้ปราโมทย์เบิกบานใจ จะเกิดปีติ จะรู้สึกผ่อนคลายทั่วทั้งตัว ผู้สงบผ่อนคลาย จะได้เสวยสุข ผู้มีความสุข จะมีใจเป็นสมาธิ ผู้มีใจเป็นสมาธิ ก็จะรู้เข้าใจมองเห็นตามเป็นจริง"*

แต่ด้านที่ควรใส่ใจมาก คือ การที่ปัญญาเป็นปัจจัยแก่ภาวะจิต เพราะเป็นจุดสำคัญในการพัฒนาคน และจึงเป็นแกนของการเสริมสร้างสุขภาวะ เมื่อปัญญาของเราพัฒนาไป emotion ก็พัฒนาไปด้วย จะเป็น positive emotion คือภาวะจิตฝ่ายบวก ที่ดีงาม ประณีตสะอาดบริสุทธิ์ยิ่งขึ้น ซึ่งหมายถึงการมีความสุขเพิ่มขึ้นๆ ด้วย

ขอให้นึกถึงการพัฒนาพระองค์ของพระพุทธเจ้านี้แหละ คือ มนุษย์นี้ ที่เป็นพระพุทธเจ้าก็คือปัญญาได้พัฒนาขึ้นไปจนสูงสุด ที่เรียกว่าตรัสรู้ และเมื่อปัญญาพัฒนาสูงสุดแล้วนั้น ก็จะเหลือแต่ emotion ที่เป็น positive ฝ่ายบวกฝ่ายดีอย่างเดียว

พระพุทธเจ้าทรงมี emotion ที่เด่นที่สุด ซึ่งพัฒนาตามปัญญาขึ้นมา หรือจะพูดให้ถูกว่าซึ่งปัญญาทำให้พัฒนาขึ้นมา เราเรียกว่าเป็นพุทธคุณ คือ **"กรุณา"** ได้แก่ ความรักที่อยากช่วยเหลือสรรพสัตว์ให้พ้นจากทุกข์ หรือความปรารถนาจะช่วยให้ผู้อื่นมีอิสรภาพด้วย อันเป็นภาวะจิตที่เกื้อหนุนความสัมพันธ์ทางสังคม นำไปสู่พฤติกรรมในการช่วยเหลือเกื้อกูล

พร้อมกับพระมหากรุณา ก็ทรงมีพระเมตตา มุทิตา เป็นธรรมดา โดยเฉพาะทรงมีอุเบกขาเป็นพื้นพระทัยตามปกติของพระอรหันต์

ต้องระวังว่าคนไทยส่วนใหญ่เข้าใจอุเบกขาผิดพลาดที่สุด อย่างน้อยต้องแยกอุเบกขาที่ผิดออกไปก่อน

อุเบกขาที่ผิดสำคัญ คือ ความ **"เฉยโง่"** (เรียกเต็มว่า อัญญาณุเบกขา) คือเฉยไม่รู้เรื่อง เฉยไม่เอาเรื่อง เฉยไม่ได้เรื่อง

แต่ ***อุเบกขา*** ที่แท้มากับปัญญาที่รู้แจ้ง ในที่นี้คือรู้เข้าใจมองเห็นความจริงของโลกและชีวิตจนจิตวางลงตัวกับโลกและชีวิตนั้น ดำรงอยู่ในดุลยภาพ เรียบสงบ

ท่านเปรียบว่า เหมือนสารถีผู้ชำนาญเต็มที่ เมื่อรถวิ่งอยู่ในทางด้วยความเร็วพอดี ทุกอย่างลงตัวแล้ว ก็นั่งสบาย มีใจนิ่งสงบ เรียบรื่น แต่พร้อมด้วยความรู้ตัวเท่าทันทั่วอยู่ตลอดเวลา ถ้ารถวิ่งจะผิดความเร็วหรือไม่อยู่ในทาง เป็นต้น ก็แก้ไขได้อย่างถูกต้องฉับไวในทันที



ยังมีภาวะจิต หรือ emotion สำคัญของพระพุทธเจ้า ที่หนุนพระมหากรุณาออกสู่ปฏิบัติการ โดยเฉพาะทรงมี **"ฉันทะที่ไม่ลดถอย"** (เป็นพุทธธรรมคือคุณสมบัติประจำพระองค์ของพระพุทธเจ้าประการหนึ่ง) คือใฝ่พระทัยหมายมุ่งทำการตามพุทธประสงค์แห่งมหากรุณานั้นไปให้สำเร็จ

พร้อมนั้น ทรงมีพุทธลักษณะที่แสดงถึงน้ำพระทัยที่ทรงพร้อมจะต้อนรับช่วยเหลือเกื้อกูลผู้ที่ทรงพบปะเกี่ยวข้อง และไม่ถือพระองค์ อันแสดงถึง positive emotions ในทางสังคม ตามคำที่มีผู้กล่าวสรรเสริญว่า *"พระองค์มีพระวาจาต้อนรับ อ่อนโยน พระปฏิสันถารให้บันเทิงใจ มีพระพักตร์เบิกบาน ไม่สยิ้ว ทรงทักทายก่อน"*

นอกจากนี้ emotions อย่างอื่นโดยมากเป็นภาวะที่พ่วงมากับความสะอาดหมดจดสดใสของจิตใจ (วิสุทธิ) ซึ่งเป็นความสุขอยู่ในตัว เช่น ความโปร่งโล่ง ความเบิกบาน ความผ่องใส ความสุข ความชื่นชมในความดีความงาม (เช่น ที่พระพุทธเจ้าทรงชื่นชมธรรมชาติแห่งป่าเขาลำเนาไพร และตรัสถึงสถานที่ต่างๆ อันเป็นรมณีย์)

ส่วนความรู้สึกร้ายๆ ไม่ดี เช่น ความโกรธ ความเกลียดชัง ความคั่งแค้น ความขัดเคือง ความหงุดหงิด ความโลภ ความเห็นแก่ตัว ความกลัว ความเครียด ความกระวนกระวาย ความพลุ่งพล่าน ความรำคาญ ความหวงแหน ความห่วงกังวล ความหดหู่ ความท้อแท้ถดถอย ความเศร้า ความเหงาหงอย ความว้าเหว่ หมดไป ไม่มีเหลือ

ดังที่เราแปล **"พุทธะ"** ในความหมายหนึ่งว่า **"เบิกบาน"** อันนี้แหละ คือภาวะจิต หรือ emotion ที่ต้องการ ซึ่งโยงไปถึงคุณธรรม ความดีงาม ความเข้มแข็งมั่นคง สมรรถภาพของจิตใจ และความสุขหมดทั้งนั้น อันล้วนพัฒนาได้ด้วยปัญญา ถ้าไม่มีปัญญาที่แท้ positive emotions เหล่านี้จะพัฒนาให้คงอยู่ยั่งยืนไม่ได้

ข้อพึงย้ำตรงนี้ คือ พระพุทธเจ้าทรงมีพระคุณสมบัติหลักข้อใหญ่ที่สุด ๒ อย่าง (เป็นหลักแกนยิ่งกว่าเรื่องพุทธคุณ ๓ ที่เราจำกันว่า พระปัญญาคุณ พระบริสุทธิคุณ พระมหากรุณาคุณ) คือ *ปัญญา* กับ *กรุณา* ถ้าพูดแบบภาษาไทยง่ายที่สุดก็คือ **"รู้"** กับ **"รัก"**

ปัญญา คือแดนที่ ๓ ส่วนกรุณา ก็คือคุณสมบัติเด่นในแดนภาวะจิตหลักบอกว่า ปัญญาให้สำเร็จพุทธภาวะ ส่วนกรุณาให้สำเร็จพุทธกิจ

แล้วก็ต้องไม่ลืมว่า ในเวลาลงมือทำงานหรือปฏิบัติการจริงนั้น ฉันทะ คือความใฝ่ใจหมายมุ่งทำการ ซึ่งหลักบอกว่าเป็นมูล คือ เป็นต้นตอของธรรมทั้งหลาย เป็นพระคุณสมบัติที่ทำให้ปัญญาดำเนินกิจแห่งกรุณาลุล่วงถึงความสำเร็จ

เมื่อกี้นี้ได้บอกว่า ถ้าไม่มีปัญญาที่แท้ positive emotions ทั้งหลายจะพัฒนาให้คงอยู่ยั่งยืนไม่ได้ ทำไมจึงว่าอย่างนั้น ขอให้พิจารณาดู



อย่างง่ายๆ ที่เคยยกตัวอย่างบ่อยๆ การที่เรามาพบกัน ก็เป็นปฏิสัมพันธ์ที่สำคัญระหว่างมนุษย์แล้ว และปฏิสัมพันธ์นั้นก็เป็นจุดเริ่มต้นที่ความสัมพันธ์จะดำเนินต่อไป โดยองค์ร่วมการดำเนินชีวิตทั้ง ๓ แดน จะเป็นปัจจัยแก่กันก้าวไปด้วยกัน เฉพาะอย่างยิ่ง ถ้ารู้จักเยื้องย่างแดนปัญญาอย่างแยบคาย ชีวิตก็จะดำเนินไปด้วยดีและยิ่งพัฒนา

ตัวอย่างว่า เพื่อนใกล้ชิด เจอหน้ากันมาทุกวัน เวลาพบก็ทักทายกัน ยิ้มแย้มแจ่มใส แต่มาวันนี้ พอเจอหน้า เราทักไป เขากลับไม่พูดด้วยเสียแล้ว เรายิ้มก็ไม่ยอมยิ้มด้วย แถมหน้าบึ้งซะอีก จะเอาอย่างไรกันนี่ เราก็มีกิเลสเหมือนกัน เราก็โกรธเป็นเหมือนกันนะ ก็เลยโกรธแล้วก็ทำหน้าบึ้ง ไม่พูดด้วยบ้าง เกิดเป็น negative emotion นี่ก็คือเกิดปัญหาละ และเรื่องก็อาจจะต่อไปในทางลบอีกยาว

แต่ทีนี้ ถ้าเรามีปัญญา และรู้จักใช้เครื่องมือของปัญญา ที่เรียกว่า ***โยนิโสมนสิการ*** ก็คิดว่า เอ้อ เพื่อนของเราก็รักกันดีอยู่นะ วันก่อนๆ มาทีไร พบกันก็ทักทาย แล้วก็ยิ้มแย้มแจ่มใส วันนี้เราทักทาย แต่เขาไม่พูดด้วย เรายิ้มแต่เขาไม่ยิ้มด้วย

เอ...นี่ เขาจะมีปัญหาอะไรหรือเปล่า เขาอาจจะมีอารมณ์ค้างมา ไม่ใช่ว่าเขาโกรธเรา เขาอาจจะถูกดุมาจากบ้าน อาจจะขาดเงิน หรืออาจจะมีปัญหาสุขภาพ ปวดหัว ปวดท้อง หรือว่าถ้าเป็นผู้ใหญ่ เขาอาจจะมีปัญหาครอบครัว ลูกเขาอาจจะไม่สบาย เขามีห่วงกังวล มีทุกข์อยู่

พอคิดแค่นี้ คือปัญญามา ความโกรธก็ไม่มีแล้ว แต่กลับจะนำไปสู่การแก้ปัญหาโดยคิดต่อไปอีกว่า เอ้อ...ตอนนี้ถ้าเป็นโอกาสที่จะถาม จะต้องถามเขาหน่อย ถ้ายังไม่ใช่โอกาส เราก็จะรอเวลา ถ้าได้โอกาสเหมาะ เราจะเข้าไปถามว่า เพื่อนมีปัญหาอะไร มีอะไรให้เราช่วยบ้างได้ไหม อะไรอย่างนี้เป็นต้น กลายเป็นว่า ใจของเราสบาย สุขภาพจิตของเราดี ใจมีคุณธรรมแล้วก็ยังไปช่วยแก้ปัญหาให้เขาด้วย

ลองเอาท่าที ๒ แบบมาเทียบกันดู

แบบแรก เขาบึ้งมา เราก็บึ้งไป นี้คือท่าทีแบบชอบใจ-ไม่ชอบใจ (ตัณหา) เริ่มด้วยภาวะจิตอกุศล คือ negative emotion ไม่ใช้ปัญญา เกิดมีตัวตนที่จะกระทบกระทั่งบีบคั้นเร่งเร้า negative emotion ให้เพิ่มขยายมากขึ้นๆ จึงเป็นการก่อปัญหา

แบบหลัง เขาบึ้งมา เรามองตามเหตุปัจจัย เดินความคิดไปตามทางของปัญญา *(โยนิโสมนสิการ)* มีแต่ปรากฏการณ์ที่พิจารณา ไม่มีตัวตนเกิดขึ้นมาที่จะกระทบกระทั่งบีบคั้น จิตใจโปร่งสบาย และมีกรุณาความสงสารเห็นใจใฝ่จะช่วยเหลือพ่วงมา เป็นภาวะจิตกุศล คือ positive emotion ปัญญาก้าวเดินอยู่ตลอดเวลา นำไปสู่การแก้ปัญหา

นี่ละคือบทบาทของปัญญา ที่เชื่อมต่อสู่อิสรภาพ ปัญญาจะมาจัดการ emotions โดยละลายภาวะจิตอกุศล (negative emotions) หรือปิดกั้นเปลี่ยนพลิกภาวะจิตอกุศล ให้ภาวะจิต



กุศล (positive emotion) ได้โอกาสเข้ามาแทนที่ และพัฒนาภาวะจิตกุศลให้เข้มแข็งเพิ่มพูนและประณีตยิ่งขึ้นไป

ท่านที่มีปัญญามาก ก็จะรู้เข้าใจโลกและชีวิต ผู้คนทั้งหลายที่ได้พบ เขาจะยิ้ม เขาจะโกรธ เขาจะมีอาการท่าทีอะไร ท่านก็มองด้วยความเข้าใจ พร้อมที่จะเห็นใจ แล้วก็ช่วยแก้ไขขจัดปัญหา

เมื่อเข้าใจ หยั่งถึงเหตุปัจจัย มองทะลุทั่วตลอดตามสภาวะ ท่านก็ไม่เกิดมีความโกรธต่อใคร ดังนั้น emotion ก็มีแต่ดี มีแต่ภาวะจิตกุศล ไม่มีปัญหาอะไร พระพุทธเจ้าไม่มีความโลภ ความโกรธ ความหลง จึงทรงมีแต่ความเบิกบาน ความผ่องใส ความเมตตากรุณา มีภาวะจิตใจที่ดีงามอย่างเดียว เป็นเรื่องธรรมดาของการพัฒนามนุษย์ตามความจริงของธรรมชาติในระบบองค์รวม

เมื่อเข้าใจระบบความสัมพันธ์ของการดำเนินชีวิตที่เป็นองค์ร่วมสามแดน โดยรู้จักใช้ปัญญามานำมาจัดระบบความสัมพันธ์ขององค์สามนี้ให้ได้ผลดีแล้ว การพัฒนามนุษย์ก็ก้าวไปในวิถีแห่งความมีสุขภาวะที่สมบูรณ์ เป็นเรื่องที่ไปด้วยกันเองทั้งหมด

ในการที่สุขภาวะพัฒนาก้าวไปนี้ ปัญญาก็จะแจ่มแจ้งเป็นวิชชาเหมือนมีแสงสว่างให้มองเห็นอะไรๆ ชัดเจน ทำให้ตั้งจิตวางใจถูกต้อง ในขณะที่ว่าถ้าคนไม่มีความรู้ ก็จะมองสถานการณ์ไม่ออก แล้วก็ตั้งท่าทีต่อสถานการณ์ไม่ถูก จิตใจก็ว้าวุ่นพะวักพะวน แต่เมื่อเรารู้เข้าใจถูกต้องแล้ว ก็จะมองอะไรๆ ออกและตั้งท่าที่ถูก ก็จะพ้นจากความอึดอัดติดขัดบีบคั้น แล้วจิตใจก็เกิดความสงบ ไม่ว้าวุ่น ไม่เครียด ไม่กระวนกระวาย ความหมดจด สดใส ความไม่ขุ่นมัว เศร้าหมองก็ตามมา นี่ก็คือสุขภาวะที่บรรลุจุดหมายสมบูรณ์ ซึ่งมองดูได้หลายด้านอย่างที่ว่ามา

ทั้งหมดนี้เป็นเรื่องของระบบองค์รวมของการดำเนินชีวิตที่ดี ซึ่งเป็นระบบแห่งเหตุปัจจัยที่สัมพันธ์กัน และในที่สุดเราจะเห็นว่า แม้จะพูดในแง่ของสุขภาวะปัญญาก็เป็นองค์ประกอบสำคัญ ถือว่าปัญญาเป็นใหญ่ เป็นตัวจัดการให้สำเร็จผลจนถึงจุดหมาย

พัฒนาการดำเนินชีวิต เริ่มด้วยดูฟังให้เป็น

หันกลับมาพูดถึงองค์รวมของการดำเนินชีวิตที่ดี คราวนี้จะทบทวนแบบเป็นระบบ ได้พูดว่า การดำเนินชีวิตนี้แยกออกได้เป็น ๓ แดน คือ

แดนที่ ๑ คือ **ความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม** ทั้งด้านกายภาพและด้านสังคม ด้วยผัสสทวาร ๖ และกรรมทวาร ๓

การมีความสัมพันธ์ที่ดี และการฝึกหรือพัฒนาความสัมพันธ์ที่ดีนั้น เรียกสั้นนิดเดียวว่า **"ศีล"** (เมื่อพูดถึงศีล เรามักจะติดอยู่แค่ศีลห้า แต่ที่จริง ศีลมีหลายประเภท)

ศีล คือการมีและการฝึกพัฒนาความสัมพันธ์ที่ดีนั้น ต้องอาศัยทวารสองชุดที่ว่ามา ก็จึงแยกย่อยออกไปอีกเพื่อให้เป็นหมวดหมู่ที่จะกำหนดหมายทำความเข้าใจได้ง่ายขึ้น ซึ่งท่านจัดไว้เป็น ๔ ประเภท คือ



๑. *อินทรียสังวร* (เรียกเต็มว่า อินทรียสังวรศีล) คือ การรู้จักใช้อินทรีย์ ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ให้รู้จักดู รู้จักฟัง หรือดูเป็น ฟังเป็น เป็นต้น นับว่าเป็นศีลขั้นต้นที่สำคัญมาก จะเรียกว่าเป็นจุดเริ่มของการศึกษา และของสุขภาวะก็ได้

เป็นเรื่องชัดๆ ว่า ปัญหาเด่นของยุคสมัยนี้ เกิดจากการใช้อินทรีย์ไม่ถูกต้อง เฉพาะอย่างยิ่ง *ไอที* นั้นเจอกับมนุษย์ที่ *อินทรีย์* เมื่อคนใช้อินทรีย์ไม่เป็น ไม่ถูก ตาดู หูฟัง อย่างไม่พัฒนา เราก็เจอปัญหาหนักจากไอที อย่างที่โอดครวญกันอยู่ แต่ไม่รู้จะแก้อย่างไรนี้

ถ้าคนจัดการกับอินทรีย์ ที่เป็นทวารชุดแรกนี้ไม่ได้ เขาก็ดำเนินชีวิตให้ดีไม่ได้ และการพัฒนาก็ไม่มี การศึกษาก็ตาม สุขภาวะก็ตาม หายไปหมด

เอาง่ายๆ เช่น ดูทีวี ถ้ารู้จักดู ก็เป็นการศึกษา และคนก็พัฒนา แต่ถ้าดูไม่เป็น ก็เกิดปัญหา รวมทั้งเสียสุขภาวะ

แล้วจะดูอย่างไร วิธีง่ายๆ ก็ถามตัวเองว่า เราดูแล้วได้ความรู้ไหม ได้ประโยชน์ไหม ได้แง่คิดหรือข้อพิจารณาอะไรที่จะเอามาใช้เป็นประโยชน์ เอาไปแก้ปัญหา หรือเอามาพัฒนาชีวิตของตนได้บ้างไหม

ในทางตรงข้าม หรือว่า ดูแล้วได้แค่ความรู้สึก เอาแค่สนุกสนาน คิดแค่จะเสพ ถ้าเลยไปอีกก็หลงใหล แล้วก็มัวเมา อาจจะเสียเวลา เสียการเรียน เสียการพักผ่อน เสียสุขภาพ เสียความสัมพันธ์ที่ควรจะมี เสียสุขภาวะหลายด้าน

เมื่อเทียบการใช้อินทรีย์ ๒ แบบนั้น

แบบแรก เป็นการใช้อินทรีย์เพื่อการเรียนรู้ ดูฟังเชิงปัญญา ทำให้เกิดการพัฒนา จัดเป็นศีลข้ออินทรียสังวร

แบบหลัง เป็นการใช้อินทรีย์เพื่อสนองความรู้สึกชอบใจ-ไม่ชอบใจ ดูฟังเชิงตัณหา ไม่ทำให้เกิดการพัฒนา เป็นการขาดศีลข้ออินทรียสังวร

เมื่อขาดศีล คนก็อยู่แค่ความรู้สึก เอาความชอบใจและไม่ชอบใจเป็นตัวกำหนด พอชอบใจก็ติดเพลิน พอไม่ชอบใจก็ขัดเคืองเกลียดชัง สุขทุกข์อยู่ที่ชอบใจ-ไม่ชอบใจ นอกจากไม่ได้เรียนรู้ ไม่มีการพัฒนาแล้ว ก็เริ่มขึ้นต่อสิ่งนั้น เริ่มเสียอิสรภาพ

แต่เมื่อมีศีล ดูฟังด้วยต้องการความรู้ หรือหาคติที่เป็นประโยชน์ ตอนนี้จะชอบใจหรือไม่ชอบใจก็ไม่เกี่ยว พอคิดว่าจะดูเพื่อได้ความรู้ ก็ข้ามพ้นความชอบใจไม่ชอบใจไปเลย ชอบใจหรือไม่ชอบใจก็ไม่เป็นปัญหา เพราะความพอใจอยู่ที่การได้ความรู้ แม้แต่สิ่งที่เคยไม่ชอบใจ เมื่อดูเพื่อหาความรู้ ถ้าสิ่งที่ไม่ชอบใจทำให้ได้ความรู้มาก กลับยิ่งชอบใหญ่ กลับไปชอบสิ่งที่ไม่ชอบ สิ่งที่ตัวไม่ชอบกลายเป็นยิ่งชอบ

อันนี้เป็นไปได้ เพราะความสุขอยู่ที่การได้สนองความต้องการ จึงอยู่ที่ตั้งจิตให้ถูก



ตอนก่อนนั้นเราต้องการสิ่งที่เราชอบใจ และไม่ต้องการสิ่งที่เราไม่ชอบใจ ดังนั้น เราจะสุขหรือทุกข์ก็อยู่ที่ได้สิ่งที่ชอบใจ หรือได้สิ่งที่ไม่ชอบใจ

แต่ตอนนี้เราต้องการความรู้ ความสุขของเราอยู่ที่การได้ความรู้ สิ่งนั้นเราจะชอบหรือไม่ก็ตาม เราก็หาความรู้จากมันได้ทั้งนั้น ดังนั้นเราจึงมีความสุขได้ทั้งจากสิ่งที่เราชอบและสิ่งที่เราไม่ชอบ และยิ่งถ้าสิ่งที่เราไม่ชอบทำให้เราได้ความรู้มาก เราก็เลยกลับยิ่งชอบสิ่งไม่ชอบนั้นมากขึ้น

แต่ที่จริง เมื่อว่าโดยหลักการก็คือ คนที่ใช้อินทรีย์เป็น ใช้ตาดูหูฟังเพื่อความรู้นี้ จะข้ามพ้นสุขทุกข์จากความชอบใจไม่ชอบใจไปได้ ความชอบใจหรือไม่ชอบใจไม่มีอิทธิพล ไม่ว่าสิ่งที่ชอบหรือไม่ชอบ ถ้าช่วยให้ได้ความรู้ ฉันก็มีความสุขหมด เรียกว่าวิมุตติคือหลุดพ้นเป็นอิสระไปขั้นหนึ่งเลย คือ

- สุขทุกข์ไม่ขึ้นต่อสิ่งที่ชอบใจไม่ชอบใจ ถึงเจอสิ่งไม่ชอบใจก็ไม่ทุกข์
- ความสุขอยู่กับความรู้ ซึ่งอยู่ที่ตัวเอง ไม่ฝากไว้กับสิ่งภายนอก

ถ้าเด็กไม่พัฒนาไปถึงขั้นมีความอยากรู้และใช้อินทรีย์เพื่อสนองความต้องการรู้ ก็เป็นอันว่าการศึกษาที่จัดตั้งกันขึ้นเป็นองค์กรเป็นสถาบันอะไรๆ มากมายนี้ แทบไม่มีความหมายเลย

การศึกษาที่จริงแท้นั้นเริ่มต้นที่ตาดูหูฟังนี่แหละ จึงต้องให้มีการพัฒนาอินทรีย์ คือให้รู้จักใช้ตา หู ฯลฯ

ถ้าเด็กใช้ตาดูหูฟังไม่เป็น แกได้แต่ดูฟังแค่เพียงตามที่ชอบใจ-ไม่ชอบใจ ไม่อยากได้ความรู้ ไม่ใฝ่สนองความต้องการรู้แล้ว สุขทุกข์ของแกก็จมอยู่แค่นี้

ต้องให้เด็กข้ามขั้นแห่งการขึ้นต่อความรู้สึกนี้ไปให้ได้ ให้เขาล่วงพ้นปัญหาสุขทุกข์จากชอบใจ-ไม่ชอบใจ ไปถึงขั้นมีความสุขจากการได้สนองความต้องการความรู้ อย่างน้อยก็ให้เป็นขั้นที่มีความสุขจากการได้ความรู้นั้นมาดุล

ถ้าเด็กพัฒนามาถึงขั้นนี้ละก็ พ่อแม่สบายโล่งใจแน่ แต่ถ้าเด็กจมอยู่กับขั้นสนองตัณหา พ่อแม่ก็ต้องทุกข์หนัก เจอแต่ปัญหาไม่รู้จบ เพราะความชอบใจ-ไม่ชอบใจ นั้นเจอตัวเร้าให้เปลี่ยนไล่ล่าของเสพใหม่ไปเรื่อย

ทั้งนี้เพราะว่า นอกจากขึ้นต่อสิ่งเสพบริโภคแล้ว ยังมาพันกับปัญหาของยุคสมัย ที่ธุรกิจและอะไรๆ แทบทุกอย่างมุ่งระดมมาที่การปลุกปั่นกระตุ้นเร้าผัสสะในการเสพ มีโภคภัณฑ์ใหม่ๆ ประสานด้วยแรงสื่อโหมกระพือ มาล่อและขยายความต้องการเทียมที่จะติดและขึ้นต่อมันอยู่ตลอดเวลา

กระแสตัณหาจึงแรงกล้า เร้าคนยุคไอทีให้มุ่งมองหาเห็นแก่ของเสพ จนแทบไม่เห็นแก่คน แต่มองคนเป็นเหยื่อ หรือมองคนเป็นของเสพ อย่างน้อยก็ทำให้หมกจมอยู่กับการเสพ และต้องเที่ยวดิ้นรนแสวงหา สิ้นเปลืองเงินทองไม่มีทางเพียงพอ สังคมก็วนเวียนอยู่ในความสุขแบบพึ่งพา ความสุขที่ต้องหา และความสุขที่ต้องแย่งชิงกัน ไม่เห็นทางที่จะพ้นปัญหา



น่าจะคิดกันบ้าง ทั้งที่เรียกกันโก้ว่า **"ยุคข่าวสารข้อมูล"** ซึ่งมนุษย์ควรจะอยู่กับการหาความรู้และกิจกรรมทางปัญญา แต่สภาพที่เป็นจริง กลายเป็นยุคสมัยแห่งความลุ่มหลงมัวเมาในการเสพบริโภค และละเลยวิถีชีวิตแห่งการศึกษา

ถ้าพัฒนาคนขึ้นมาถึงขั้นมีอินทรียสังวรได้ ให้คนใฝ่ปัญญาแสวงหาความรู้ ก็จะสมกับการเป็นยุคข่าวสารข้อมูล ที่อารยธรรมก้าวไปถูกทาง มนุษยชาติก็จะได้ประโยชน์จากความเจริญก้าวหน้าของยุคสมัยนั้น และคนก็มีความสุขเพิ่มขึ้นได้จริงด้วย

จึงเป็นที่น่าเสียดายที่อารยธรรมเจริญขึ้นมา เพียงเพื่อเป็นหลุมดักมนุษย์ให้เอาผลแห่งความเจริญนั้น มากลบทับตัวเอง ปรากฏเหมือนว่าเด็กสมัยนี้มิได้พัฒนาตัวให้เข้ากับสภาพความเจริญ เขาจึงไม่สามารถถือเอาประโยชน์จากความเจริญของอารยธรรมได้ เขาไม่สามารถแม้แต่จะพัฒนา การใช้อินทรีย์ของตน แค่ตาหูดูฟัง ที่จะได้ประโยชน์จากข่าวสารข้อมูล

ถึงแม้ข่าวสารข้อมูลจะท่วมท้น แต่คนส่วนใหญ่ไม่เอาใจใส่ เขาได้แต่ไปเพลินกับความรู้สึกสนุกสนาน หมกมุ่นอยู่กับพวกเกม และการบันเทิงทั้งหลายเท่านั้น นี้คือเครื่องบ่งชี้ว่า การศึกษาและการพัฒนาสุขภาวะ แม้เพียงขั้นพื้นฐาน ก็ทำท่าจะไปไม่ไหว

ที่พูดมานี้ คือศีลที่เรียกว่าอินทรียสังวร ซึ่งเหมาะที่จะใช้ตรวจสอบดูกันว่า มนุษย์ได้พัฒนาบ้างไหม เขาใช้ตาดูหูฟัง เพียงเพื่อชอบใจไม่ชอบใจแล้วติดแค่นั้น หรือว่าใช้ตาดูหูฟังแล้วได้ความรู้ที่เป็นประโยชน์ในการพัฒนาชีวิต พัฒนาสังคม เพื่อแก้ปัญหาในการดำเนินชีวิต และช่วยแก้ปัญหาของเพื่อนมนุษย์ ตลอดจนสร้างสรรค์สิ่งดีงาม

พัฒนาการดำเนินชีวิต ต้องหัดกินใช้ให้เป็นด้วย

๒. *ปัจจัยปฏิเสวนา* คือ การรู้จักเสพบริโภคปัจจัยสี่ ตลอดจนวัตถุอำนวยความสะดวกสบายต่างๆ รวมทั้งเทคโนโลยี หมายถึงกินใช้สิ่งเสพบริโภคทั้งหลายด้วยปัญญา ที่ทำให้เกิดความพอดี ที่เรียกว่ารู้จักประมาณ จัดเป็นศีลอย่างที่สอง

การกินใช้เสพบริโภคนั้น เป็นเรื่องปกติธรรมดาของชีวิต เป็นเรื่องพื้นฐานที่สุด แต่ก็เป็นเรื่องที่สำคัญอย่างยิ่งในการกินใช้นั้น ถ้ามนุษย์ขาดปัญญา ก็ไม่มีการศึกษา คนก็ไม่พัฒนาและเริ่มเสียสุขภาวะทันที

ขาดปัญญาอย่างไร ? ก็คือกินเสพโดยไม่ตระหนักรู้ความมุ่งหมาย เริ่มตั้งแต่จะกินอาหารก็ไม่รู้ว่ากินเพื่ออะไร ถ้าถามเด็กว่ากินเพื่ออะไร เด็กคงงงเหมือนกัน โดยเฉพาะเด็กสมัยไอทีนี้ส่วนมากนึกไม่ถึง เลยตอบไม่ทัน เด็กบางคนอาจเคยได้ยินคำที่พูดต่อๆ กันมาว่า กินเพื่ออยู่ไม่ใช่อยู่เพื่อกิน ก็จะตอบไปตามนั้น แต่มันคงไม่ใช่เท่านี้



กินเพื่ออะไร ? ในการกินอาหาร พระท่านให้ฝึกศีลเบื้องต้น เป็นศีลข้อแรกในแง่ประเพณีการฝึก คือ พอบวชมาปั๊บ ก็ **"ปฏิสังขา-โย"** ถ้าเป็นสมัยก่อน มีประเพณีมาอยู่วัดก่อนบวช ก็ให้ท่องไว้ตั้งแต่ก่อนบวชเลย

ปฏิสังขา-โย เป็นคำง่ายๆ แบบชาวบ้าน ที่เขามักเรียกชื่ออะไรๆ ตามเสียงที่ได้ยิน คือข้อความภาษาบาลีที่พระพุทธเจ้าทรงสอนไว้เป็นแบบอย่างในการที่พระสงฆ์จะพึงพิจารณาเตือนตัวเอง ให้ตระหนักรู้ถึงคุณค่าที่ต้องการหรือความมุ่งหมายในการเสพบริโภคปัจจัย ๔ เรียกสั้นๆ ว่า **"บทพิจารณาปัจจัย ๔"** ขึ้นต้นว่า **"ปฏิสังขา โยนิโส..."** ชาวบ้านได้ยินอย่างนี้ก็เลยเรียกง่ายๆ สบายๆ ว่า *ปฏิสังขา-โย*

ตามประเพณีของเรา ท่านจะให้จำให้แม่นและให้ใช้กันนั้น ก็เลยนำมาจัดเป็นบทสวดให้คนอยู่วัดจะบวชและพระใหม่ท่องและสวดกันให้คล่องตั้งแต่ต้น จะได้ใช้เป็นประจำตลอดไป จะเรียกว่า **"บทสวดพิจารณาปัจจัย ๔"** หรือ **"บทปฏิสังขา-โย"** ก็แล้วแต่ชอบ ถ้าเรียกเป็นทางการหน่อยว่า **"บทปัจจัยปัจจเวกขณ์"** ซึ่งก็แปลว่า บทพิจารณาปัจจัยนั่นเอง

ถ้าจะตอบคำถามเมื่อกี้ว่า **"กินเพื่ออะไร"** วิธีตอบให้ไวและชัด ก็เอาบทพิจารณาของพระนี้แหละมาตอบได้เลย แต่เอามาเฉพาะบทพิจารณาอาหาร ดังนั้น ก็เลยจะยกคำแปลที่ว่านั้นมาให้ดู ดังนี้

> **ข้าพเจ้าพิจารณาแล้วโดยแยบคาย จึงบริโภคอาหาร** (โดยรู้ตระหนักว่า) มิใช่เพื่อจะสนุกสนาน **มิใช่เพื่อเห็นแก่เอร็ดอร่อยบันเทิงมัวเมา มิใช่เพื่อสวยเก๋อวดโก้** (แต่) **เพื่อให้ร่างกายนี้ดำรงอยู่ ให้ชีวิตดำเนินไปได้ เพื่อระงับความหิวกระหาย** (หรือการขาดอาหาร) **เพื่อเกื้อหนุนชีวิตที่ดีงาม**(จะได้มีร่างกายที่แข็งแรงดีซึ่งสามารถทำประโยชน์ เช่นไปศึกษาพัฒนาทำงานสร้างสรรค์ต่างๆ)
>
> **ด้วยการรับประทานโดยตระหนักรู้อย่างนี้ เราจะระงับเวทนาเก่า** (คือความเดือดร้อนเนื่องจากความหิว) **กับทั้งจะไม่ให้เกิดเวทนาใหม่** (เช่น ไม่อึดอัด แน่น จุกเสียด ท้องเสีย เป็นต้น) **และเราก็จะมีชีวิตดำเนินไปได้ พร้อมทั้งจะเป็นการบริโภคที่ปราศโทษภัยไร้ข้อเสียหาย** (เช่น ไม่ต้องทำการแสวงหาโดยทางทุจริตผิดธรรม ไม่เบียดเบียนทั้งตนเอง ผู้อื่น สังคม และธรรมชาติแวดล้อม) **พร้อมทั้งเป็นอยู่ผาสุก**

ท่านว่าไว้ยาว คือต้องรู้เข้าใจ ต้องกินด้วยปัญญา ตระหนักรู้ว่า กินเพื่ออะไร อย่างน้อยก็แยกได้ว่า การกินให้อร่อย เป็นเพียงส่วนเสริมหรือส่วนประกอบ บางทีก็เป็นเรื่องของค่านิยม เราอาจจะยอมให้บ้าง แต่ต้องรู้เท่าทัน และต้องไม่ให้เสียหลัก คือต้องให้ได้คุณค่าที่แท้จริงของอาหาร คือเพื่อจะให้สุขภาพร่างกายแข็งแรง ไม่ทำให้ร่างกายบอบช้ำ อันนี้เป็นจุดหมาย ต้องให้ได้ก่อน ถ้าทำอย่างนี้ ก็เข้าทางของสุขภาวะ



แต่ถ้ากินไม่เป็น กินโดยไม่ตระหนักรู้คุณค่าความมุ่งหมายที่แท้จริงแล้ว บางทีกินอาหารสิ้นเปลืองมากมาย เช่น บางคนจ่ายค่ากินมื้อละแสน บางทีไม่ใช่มื้อละแสน แต่แก้วละแสนก็มีเสร็จแล้ว เสียเงินเปล่า แล้วซ้ำร้าย แทนที่จะได้ประโยชน์จากอาหารหรือเครื่องดื่มนั้น กลับทำลายหรือเบียดเบียนชีวิตของตนเอง ทำให้เสียสุขภาพ แสดงว่าไม่ได้กินด้วยปัญญา ไม่รู้จักประมาณในการกิน กินแล้วเกิดโทษ พูดสั้นๆ ว่า *กินไม่เป็น*

เมื่อกี้บอกว่า การบริโภคด้วยปัญญา เป็นการรู้จักประมาณในการบริโภค ทำให้กินพอดี อันนี้เป็นธรรมดา มันจะมาตามกัน เมื่อเรากินด้วยปัญญาแล้ว ความรู้เข้าใจจุดมุ่งหมายในการกินนั้นก็จะมาทำงานต่อไปนี้

๑. จำกัดปริมาณอาหารให้พอดีกับความต้องการของร่างกาย

๒. จำกัดประเภทอาหารให้พอดีที่จะได้สิ่งที่มีคุณค่าเป็นประโยชน์ และได้สัดส่วน

ถึงตอนนี้ การกินพอดีก็เกิดขึ้น เพราะฉะนั้น การกินด้วยปัญญาจึงมีชื่อว่าการกินพอดี เรียกเป็นภาษาพระว่า ความรู้จักประมาณในการบริโภค (จากคำบาลีว่า โภชเนมัตตัญญุตา)

อย่างที่พูดแล้วตั้งแต่ต้นว่า การเสพบริโภคกลายเป็นปัญหาใหญ่ยิ่งของคนยุคนี้ แทนที่จะมั่งคั่งพรั่งพร้อมแล้วจะ **"อยู่ดีกินดี"** คือมีสันติสุข แต่กลายเป็นว่า มั่งคั่งพรั่งพร้อมแล้ว **"อยู่ไม่เป็นกินไม่เป็น"** กลับมาเกิดทุกข์ใหม่ซ้ำเติมตัวเอง ที่คนสมัยก่อนไม่เคยวุ่นวาย อย่างโรคอ้วนข้างต้นที่กำลังระบาดมากขึ้น ทำให้ต้องมาถกปัญหาสุขภาวะเหมือนกับมากแง่มากมุมแปลกๆ ยิ่งขึ้น ต้องพูดว่าอะไรกัน คนยุคนี้ แค่กินก็ไม่เป็นแล้ว

เมื่อพูดกันมาถึงตอนนี้ ก็เห็นได้แล้วว่า การกินใช้หรือเสพบริโภคปัจจัยให้ถูกต้องพอดีเป็นเรื่องใหญ่สำคัญมากต่อสังคม จนถึงอารยธรรมทั้งหมดแค่ไหน การแก้ปัญหาเรื่องนี้ไม่ใช่เรื่องเล็กน้อยเลย แค่โรคอ้วนคนยุคไอทีก็แสนจะวุ่นวาย และทำท่าจะข้องขัดอย่างมาก แต่แน่นอนว่าจะแก้ปัญหาด้วยวิธีรอตัดกระเพาะกัน คงไม่ใช่วิธีการที่ดี อันนั้นที่จริงไม่น่าจะเรียกว่าเป็นการแก้ปัญหา แต่เป็นการเอาปัญหาหนึ่งมาสกัดอีกปัญหาหนึ่ง ไม่ทำให้หมดปัญหา

ถ้าจะแก้ปัญหากันจริง หนีไม่พ้นว่า จะต้องพัฒนาคน ก็แค่ให้เขาดำเนินชีวิตให้ถูกต้องเท่านั้นเอง และในกรณีนี้ก็คือ ให้กินเป็น ให้กินเสพบริโภคด้วยปัญญา โดยรู้จักประมาณ หรือรู้พอดี พูดง่ายๆ ว่า ศีลข้อปัจจัยปฏิเสวนานี้ เป็นคำตอบ

การที่จะให้คนมีศีลนั้น ท่านฝึกด้วยวินัย

เหมือนอย่างในการกิน ก็มีการจัดตั้งวางระเบียบในการกิน เรียกว่าวินัยในการกิน เช่น กินเป็นเวลา แม้แต่คนไทยเก่าก็มีคำกลอนว่ากันมานานว่า **"ให้เป็นมื้อเป็นคราวทั้งคาวหวาน"** กินพร้อมหน้ากัน อย่างในครอบครัวก็ช่วยเสริมสุขภาวะทางสังคมไปด้วย แล้วก็มีมารยาทในการกิน (ซึ่งอาจจะคุมปริมาณอาหารแบบไม่รู้ตัว) ที่มุ่งให้เกิดผลดีทั้งทางสุขภาพกาย ทางสังคม และต่อสิ่งแวดล้อม



ข้อสำคัญ วินัยนั้นควรระวังเท่าที่จะเป็นไปได้ ไม่ให้เป็นการบังคับ ซึ่งจะทำให้เกิดความฝืนใจ ที่เสียสุขภาพจิต

วิธีที่ถูกต้องก็คือ ประสานสามแดนแห่งการดำเนินชีวิตเข้าด้วยกันอย่างที่ว่าข้างต้นนั้น คือเอาปัญญาและภาวะจิตดี ใส่เข้าไปในวินัยนั้น คือให้ปฏิบัติด้วยความตระหนักรู้ ทั้งด้านโทษ คือผลร้ายของการไม่ทำตาม และด้านคุณคือผลดีของการทำตาม เมื่อรู้เข้าใจเห็นคุณค่าประโยชน์ของกติกาและการกินพอดีเป็นต้นแล้ว เกิดความพึงพอใจและเต็มใจที่จะปฏิบัติ (มีความสุขในการปฏิบัติและในการนึกถึงผลดีที่จะเกิดจากการกินพอดีนั้นด้วย) การฝืนก็กลายเป็นการฝึก แล้วก็บูรณาการเป็นวินัยแท้จริง ตรงตามความหมายของวินัย ที่แปลว่า *"การนำไปให้วิเศษ"*

วินัยเมื่อปฏิบัติไปๆ ก็ทำให้เกิดเป็นพฤติกรรมเคยชินที่ดี จนกลายเป็นความประพฤติปกติของบุคคลนั้น เรียกว่าเกิดเป็นศีลแล้ว ซึ่งมีผลทั้งต่อชีวิตของบุคคลและต่อสังคมเกิดเป็นวัฒนธรรมในการกิน

จะอย่างไรก็ตาม รวมความว่า จะต้องให้การกินเสพบริโภคมีผลออกมาว่า กินอาหารแล้วช่วยให้ร่างกายแข็งแรง มีสุขภาพดี เพื่อที่ร่างกายนั้นจะได้เป็นปัจจัยเกื้อหนุนชีวิตแห่งการสร้างสรรค์ทำความดีงามต่อไป

ต่อไป เครื่องนุ่งห่มก็ต้องใช้เป็น เรานุ่งห่มเพื่ออะไร คนจำนวนมากติดอยู่แค่ว่านุ่งห่มแต่งตัวเพื่อสวยงาม ล่อตากัน หรือแสดงฐานะ ความร่ำรวย ยศศักดิ์ เพื่อความอวดโก้ อวดเด่น ล้ำยุค นำสมัย อันนี้ท่านว่าเป็นแค่การหลงติดสมมติในหมู่มนุษย์ หรือไปตามกระแสสังคม

แต่ที่จริง คุณค่าแท้ที่ต้องการในการนุ่งห่มนั้นคืออะไร ก็แค่เพื่อกันหนาว ร้อน แดด ลม เหลือบ ยุง ริ้น ไร สิ่งกระทบกระทั่งกดกีดกระด้าง และป้องกันความละอาย

ต้องจับหลักไว้ว่า ให้ได้คุณค่าที่แท้จริง ส่วนคุณค่าเทียมเพื่อผลทางสังคม เช่น เพื่อสนองค่านิยมนั้น เป็นเรื่องประกอบ ให้ใช้แค่พอเหมาะสมอย่างรู้เท่าทัน ถ้าใช้ด้วยปัญญาตระหนักรู้ความมุ่งหมายที่แท้จริง ความพอดีก็เกิดขึ้นได้

ในทางสังคม การดำเนินชีวิตไม่ถูกต้องในด้านการเสพบริโภค บางทีว่าทางนี้ผิดไม่เอาแล้วไปทางโน้น ก็ไม่ใช่ว่าจะถูก แต่กลายเป็นสุดโต่งทั้งสองข้าง เพราะไม่ได้ใช้ด้วยปัญญาจริงแต่เป็นการติดในตัวตน

เหมือนเรื่องเสื้อผ้านี่แหละ บางคนมองไปว่าเราจะต้องแต่งให้สวยงาม จะต้องเด่นต้องโก้ต้องใช้เสื้อผ้าอย่างนี้ให้เขารู้ว่าเรามีฐานะสูง หรือหรูล้ำนำสมัย นี่ก็สุดโต่งไปข้างหนึ่ง

อีกคนหนึ่งคิดว่า เราไม่เอาละเรื่องสวยงามโก้เก๋ ไม่ต้องไปใส่ใจมัน เราจะปล่อยตัวมอซอซอมซ่อ สกปรกมอมแมมอย่างไรก็ได้ ไม่ต้องไปคำนึงถึงใคร อย่างนี้ก็สุดโต่งไปอีกข้าง



ที่ถูกคือทางสายกลางที่เป็นทางแห่งปัญญา ถ้ามีปัญญาตระหนักรู้ คิดถูกต้อง ดำเนินชีวิตถูกต้อง มันก็เป็นทางสายกลางเอง

คนที่ใช้ปัญญาจริงโดยไม่ติดอยู่กับตัวตน จะมองว่า เออ...มนุษย์เรานี้จะมีชีวิตที่ดีจะพัฒนาได้ผลดี ก็ต้องสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทั้งทางกายภาพและทางสังคมอย่างถูกต้อง เราอยู่ท่ามกลางสิ่งแวดล้อม เราก็ต้องการสิ่งแวดล้อมที่ดี เราเห็นธรรมชาติ เห็นต้นไม้เขียวสวยสดงดงาม มีใบสะพรั่งขจี มีดอกสีสันสดสวย บริเวณสะอาดเรียบร้อยงดงาม จิตใจก็สดชื่นเบิกบาน ปุถุชนต้องการสิ่งเหล่านี้มาเอื้อต่อการพัฒนาชีวิตจิตใจ

มนุษย์เรานี้เป็นสิ่งแวดล้อมของกันและกัน ตัวเราก็เป็นสิ่งแวดล้อมของผู้อื่น เราก็ควรมีจิตใจเกื้อกูลต่อผู้อื่น มีเมตตาไมตรีต่อเพื่อนมนุษย์ ในฐานะที่เราเป็นสิ่งแวดล้อมของเพื่อนมนุษย์นั้น เราก็จะแต่งตัวให้สะอาดหมดจด ถูกต้องเรียบร้อยตามวัฒนธรรม จะได้ช่วยให้คนอื่นชื่นจิตสบายใจ แต่งแค่ไหนจะช่วยให้เพื่อนมนุษย์สดใสสบายใจ เอาแค่นั้น ก็เกิดความพอดีขึ้นมา นี่คือตระหนักรู้ด้วยปัญญา มีความพอใจ และเกิดความพอดีในการปฏิบัติด้วย

ในเรื่องสิ่งของเครื่องใช้และเทคโนโลยี ก็เช่นว่า เด็กจะซื้อคอมพิวเตอร์เครื่องหนึ่ง คุณพ่อคุณแม่ก็อาจจะถามว่า ที่หนูจะซื้อคอมพิวเตอร์นี้มีวัตถุประสงค์จะใช้ประโยชน์อะไร

ให้เขาวิเคราะห์ให้ได้ก่อน แล้วก็ให้เขาวางแผนซื้อคอมพิวเตอร์ที่จะได้ประโยชน์มากที่สุดตามวัตถุประสงค์นั้นหรือให้เขามาวางแผนซื้อร่วมกันกับคุณพ่อคุณแม่ก็ได้ จะได้มาร่วมกันคิดทั้งสนุก และปัญญาก็จะเจริญงอกงาม นอกจากมีศีลและได้ประโยชน์ที่เป็นคุณค่าแท้จริงในการใช้คอมพิวเตอร์แล้ว ก็จะพัฒนาสุขภาวะทางสังคมไปด้วย คนเดี๋ยวนี้มีความมั่งคั่งร่ำรวยทางวัตถุปัจจัยสี่ แต่ศีลไม่มี แม้แต่ในการปฏิบัติต่อปัจจัยสี่ กินอาหารก็ไม่เป็น ใช้เครื่องนุ่งห่มก็ไม่เป็น

คนจำนวนมากกินอาหารหรือใช้เสื้อผ้าแล้ว ไม่เกื้อกูลต่อชีวิตเลย สิ้นเปลืองเงินทองแพงเสียเปล่า แต่เสียหายต่อสุขภาพ แล้วยังเป็นปัญหาเสียหายต่อสังคมอีกด้วย จึงต้องพัฒนาคนใหม่ ให้กินใช้เสพบริโภคเป็น ที่จะเป็นการเกื้อกูลต่อกัน ทั้งเกื้อกูลต่อเพื่อนมนุษย์ด้วยต่อชีวิตของตนเองด้วย และต่อสิ่งแวดล้อมทั้งหมด

ในเรื่องเสนาสนะ คือที่อยู่อาศัย และยาบำบัดโรค ก็มีบทให้พิจารณาทั้งนั้น ซึ่งโดยหลักการใหญ่ก็ทำนองเดียวกับที่ว่ามา

รวมความว่า ที่พูดมาในเรื่องศีลลำดับที่สองนี้ เป็นเรื่องการปฏิบัติต่อวัตถุปัจจัยของกินใช้สิ่งเสพบริโภคว่า เมื่อปฏิบัติด้วยปัญญา เพื่อให้ได้คุณค่าที่แท้ จึงจะเรียกว่ามีศีล



ชีวิตใคร สุขมาก หรือทุกข์มาก ดูที่งานอาชีพ

๓. *สัมมาอาชีวะ*[๑] คือ ศีลที่เป็นการหาเลี้ยงชีพโดยชอบธรรม เรียกให้ง่ายว่า อาชีพสุจริต ก็คือการประกอบอาชีพการงานให้ถูกต้อง

อาชีพเป็นการดำเนินชีวิตพื้นฐานของมนุษย์ เราอยู่ในโลกกับสิ่งแวดล้อม ทั้งด้านที่เป็นธรรมชาติและวัตถุเทคโนโลยี และด้านสังคมที่เป็นเพื่อนมนุษย์ เราจะเป็นอยู่ด้วยดี เราก็ต้องมีทุนของตัวเอง คือต้องมีอาชีพบริสุทธิ์ ได้แก่อาชีพที่สุจริต

อาชีพสุจริต คืออาชีพที่ไม่เบียดเบียนผู้อื่น ไม่ก่อความเดือดร้อนแก่เพื่อนมนุษย์ หรือแก่สังคม เป็นกิจกรรมในทางสร้างสรรค์ ช่วยแก้ปัญหาของชีวิตและสังคม แล้วก็เป็นการปฏิบัติต่ออาชีพนั้นอย่างเที่ยงตรงต่อความมุ่งหมายของมัน สนับสนุนความมุ่งหมายของอาชีพนั้น

ยกตัวอย่าง เช่น การแพทย์มีขึ้นเพื่ออะไร ก็เพื่อช่วยแก้ไขปัญหาให้มนุษย์พ้นจากโรคภัยไข้เจ็บ และให้เขามีสุขภาพดี ดังนั้น ผู้ที่ประกอบอาชีพแพทย์ เมื่อทำการด้วยตั้งใจว่าจะไปช่วยเพื่อนมนุษย์ให้พ้นจากโรคภัยไข้เจ็บ ก็เป็นอาชีพสุจริตทั้งสองชั้น

สุจริตทั้งสองชั้นเพราะว่า ในชั้นแรก อาชีพแพทย์นั้นก็สุจริตในตัว คือเป็นการงานที่ไม่เบียดเบียน แต่เป็นการช่วยบำบัดทุกข์บำเพ็ญประโยชน์ และในชั้นที่สอง ความตั้งใจในอาชีพก็สุจริต เพราะเป็นการปฏิบัติตรงตามความมุ่งหมายของอาชีพนั้น ที่ว่าเพื่อจะแก้ปัญหาของมนุษย์ในการแก้ไขโรคภัยไข้เจ็บ คือมีเจตนาตั้งใจตรงไปตรงมา

ถ้าเป็นครูเป็นอาจารย์ ก็รู้กันอยู่ว่า อาชีพครูมีขึ้นเพื่อจะช่วยเด็กให้มีการศึกษา เราทำอาชีพครู ก็สุจริตไปชั้นหนึ่งแล้ว เพราะเป็นอาชีพที่ดีงามเกื้อกูลไม่เบียดเบียน ทีนี้พอมีเจตจำนงมุ่งว่าจะทำงานเพื่อช่วยให้เด็กมีความรู้มีการศึกษามีชีวิตที่ได้พัฒนาอย่างดี ก็สุจริตชั้นที่สอง

จากนี้ ลึกเข้าไป ยังมีแถมพิเศษเป็นชั้นที่สาม คือ ในชีวิตของเรานี้ เวลาส่วนใหญ่เราต้องใช้ไปในการประกอบอาชีพ เช่นอาจจะหมดไป ๘ ชั่วโมง ซึ่งเท่ากับ ๑ ใน ๓ ของวันเลยทีเดียว บางคนเดินทางไปกลับจากที่ทำงานใช้เวลาหลายชั่วโมง กลายเป็นหมดเวลากับเรื่องของการงานอาชีพเกิน ๑๐ ชั่วโมงก็มี

เมื่อเป็นเช่นนี้ก็ชัดว่า ชีวิตของเราจะดีหรือร้าย จะได้หรือเสีย ก็อยู่ที่เวลาในอาชีพนี่แหละเป็นสำคัญ (คำว่า อาชีพ ก็บอกอยู่ในตัวถึงความสำคัญของมันคือเป็นคำเดียวกับชีพหรือชีวิต หมายความว่าชีวิตของเราอยู่ได้ด้วยมัน) เราจึงจะต้องเอาประโยชน์ (ที่เป็นกุศล) จากอาชีพให้ได้มากที่สุด แม้แต่สุขภาวะจะได้จะเสียก็ดูที่นี่ได้เป็นแหล่งใหญ่

---

[๑] ในชุดศีล ๔ หมวดเดิมของพระสงฆ์ หมวดนี้เรียกว่า อาชีวปาริสุทธิศีล คือ ศีลที่เป็นความบริสุทธิ์แห่งอาชีพ *(ดูเชิงอรรถที่ข้อ ๔ ข้างหน้า)*



ในเมื่อเวลาของเราส่วนใหญ่หมดไปในอาชีพ แล้วหลักการของชีวิตก็บอกอยู่ว่ามนุษย์จะดีงามเลิศประเสริฐได้ด้วยการพัฒนาชีวิตหรือฝึกฝนตนเอง เราควรจะใช้เวลาให้มากที่สุดในการที่จะพัฒนาชีวิตของเรา ในเมื่อเวลาในการประกอบอาชีพเป็นเวลาส่วนใหญ่ถึงหนึ่งในสามของชีวิตอย่างนี้แล้ว เราจึงควรจะต้องทำเวลาในอาชีพนั้นให้เป็นเวลาของการพัฒนาชีวิตไปด้วย ดังนั้น เราจะต้องเอาอาชีพนั้นแหละเป็นแดนหรือเวทีของการพัฒนาชีวิต

ที่จริง ถ้าดำเนินชีวิตถูกต้อง อาชีพย่อมเป็นเวทีพัฒนาชีวิตของแต่ละคนอยู่แล้ว และอาชีพอำนวยโอกาสในการพัฒนาชีวิตอย่างมาก ดังนั้น เราจะต้องเอาประโยชน์จากอาชีพในด้านที่เป็นสาระของชีวิตนี้ให้ได้ ไม่เฉพาะให้มันเป็นเวทีหาเงินหาทอง ไม่เฉพาะช่วยให้คนหายโรคหายภัยเท่านั้น แต่ให้เป็นแดนในการพัฒนาตัวเองด้วย

ในการทำงานอาชีพนั้น เราจะพัฒนาความสัมพันธ์ทั้งกับสิ่งแวดล้อมทางวัตถุ ทางธรรมชาติ และทางสังคม ทั้งทักษะทุกด้าน ความแคล่วคล่องทางพฤติกรรม การรู้จักพูดจาติดต่อสื่อสารให้ได้ผล การสร้างบรรยากาศแห่งความร่าเริงเบิกบานมีความสุขในการอยู่และทำงานร่วมกัน ฯลฯ

เราจะพัฒนาจิตใจของตนเอง ทั้งในความเข้มแข็งอดทน ความเพียรพยายาม ความมีวินัย ความรับผิดชอบ ความมีเมตตากรุณา ความมีน้ำใจร่วมใจส่งเสริม ความเอื้อเฟ้อเผื่อแผ่ ความมีสติ มีสมาธิ การมีความร่าเริงเบิกบาน ความสดชื่นแจ่มใส ความอิ่มใจชื่นใจ และความสุข

เราจะพัฒนาปัญญา ทั้งในการรอบรู้เรื่องราวของการงาน รู้เข้าใจวิชาการที่เกี่ยวข้อง เรียนรู้และเพิ่มพูนประสบการณ์มากมาย ฝึกการคิดแก้ปัญหาต่างๆ หลากหลาย วิเคราะห์วิจัย หาทางปรับปรุงพัฒนากิจการหรือริเริ่มสร้างสรรค์การที่จะแผ่ขยายประโยชน์สุข ตลอดจนรู้จักโลก เข้าใจชีวิตหมดเลย

ถ้าตั้งใจตั้งเจตนาโดยมีความตระหนักรู้ที่จะพัฒนาตนอย่างที่ว่านี้ ก็จะได้ผลดีเต็มที่ อีกทั้งจะช่วยให้ทำงานด้วยความพึงพอใจมีความสุขในอาชีพการงานด้วย ไม่ว่าเจอดีเจอร้าย งานง่าย งานยาก หรือปัญหาใหญ่น้อย ก็เป็นประสบการณ์และเป็นแบบฝึกหัดในการพัฒนาตนทั้งนั้น มีแต่ได้ โดยเฉพาะ *ยิ่งยาก-ยิ่งได้มาก* แล้วอาชีพก็ดำเนินไปในสุขภาวะด้วย

ควรจะแยกออกมาเน้นไว้เป็นพิเศษในแง่ของความสุขว่า ในเมื่องานอาชีพครองเวลาส่วนใหญ่แห่งชีวิตของเรา เราจะมีความสุขมาก หรือมีความทุกข์มาก ก็อยู่ที่การงานนี้แหละ ดังนั้นจะต้องทำให้การงานอาชีพเป็นช่วงเวลาแห่งความสุขให้ได้ มิฉะนั้น เราจะมีชีวิตที่มีความทุกข์มากมาย

เมื่อคนพัฒนาโดยใช้อาชีพเป็นเวทีฝึกฝน ก็จะยิ่งดีงามและจะส่งผล กลับมาช่วยให้งานในอาชีพยิ่งได้ผลมากขึ้นด้วย แล้วงานที่ได้ผลก็ยิ่งทำให้คนยิ่งพัฒนายิ่งมีความสุข เป็นวงจรปัจจยาการ แต่ถ้าทำงานอาชีพไม่เป็น อาชีพก็จะไม่มีประโยชน์เท่าที่ควร ทั้งตัวเองก็ทุกข์ แล้วบางทีก็เป็นโทษไปเบียดเบียนเพื่อนมนุษย์อีก จึงต้องจัดการกับเรื่องอาชีวะนี้ให้ดีให้ได้

สังคมมีวินัย คนจึงมีโอกาส

๔. วินัยบัญญัติ[๑] คือ ศีลประเภทข้อบัญญัติเพื่อเป็นแบบแผนสำหรับการอยู่ร่วมกันในชุมชนหรือในสังคม

จะเห็นความแตกต่างว่า คือ ๓ หมวดแรก ให้ไว้เพียงหลักการกว้างๆ แล้วผู้ปฏิบัติก็ควบคุมดูแลตัวเองให้เป็นอยู่ดำเนินชีวิตไปตามหลักการนั้น แต่ศีลหมวดวินัยบัญญัตินี้ ประกอบด้วยข้อกำหนด (ข้ออนุญาตและข้อห้าม หรือจาริตต์และวาริตต์) ที่บัญญัติจัดตั้งวางไว้เป็นรายการที่แน่นอนชัดเจน อย่างที่เรียกว่าเป็นข้อๆ เป็นมาตราๆ เป็นต้น (ในวินัยของพระ เรียกแต่ละข้อว่า **"สิกขาบท"** แปลว่า ข้อศึกษา หรือข้อฝึก)

แต่ทั้งนี้ ในศีล ๓ หมวดแรกนั้น ถ้าการปฏิบัติใดๆ ควรระบุข้อกำหนดไว้ให้แน่ชัด ก็จะนำมาบัญญัติไว้ในหมวดวินัยบัญญัตินี้ด้วย เช่น ข้อกำหนดเกี่ยวกับอาชีวะที่วางไว้เป็นสิกขาบทไม่น้อย ดังนั้น วินัยบัญญัติจึงครอบคลุมศีลทั้งหมดในระดับทั่วไป

หลักการของวินัยบัญญัติก็คือ การอยู่ร่วมกันเป็นชุมชนหรือเป็นสังคม ต้องมีกติกา ที่เป็นข้อตกลงหรือข้อหมายรู้ร่วมกันในการเป็นอยู่ สัมพันธ์กัน และดำเนินกิจการต่างๆ ซึ่งอาจจะเรียกว่า กฎเกณฑ์ ระเบียบ กฎหมาย ตลอดจนรัฐธรรมนูญ ที่จะให้กิจการทั้งหลายดำเนินไปด้วยดีและผู้คนอยู่กันร่มเย็นเป็นสุข ในระดับนั้นๆ

อย่างไรก็ดี จุดหมายของวินัยมิใช่เพียงเพื่อให้กิจการทั้งหลายดำเนินไปด้วยดีและให้ผู้คนอยู่กันร่มเย็นเป็นสุข แต่วินัยนั้นเป็นการจัดสรรโอกาส และเป็นเครื่องมือจัดสรรโอกาส

วินัยจัดสรรโอกาสอย่างไร ? เราอยู่ในบ้านของเรา ถ้าในบ้านไม่มีวินัย สิ่งของเครื่องใช้ โต๊ะ เก้าอี้ วางระเกะระกะไปหมด เราเดินออกจากห้องนอนจะไปประตู ต้องเดินเลี้ยวไปเลี้ยวมา อ้อมโน่นอ้อมนี่ บางทีชนนั่นชนนี่ กว่าจะไปถึงประตูได้ ล่าช้า บางทีเจ็บตัวด้วย แย่เลย

แต่พอมีวินัย สิ่งของเครื่องใช้อะไรควรอยู่ที่ไหน ก็จัดเข้าที่เรียบร้อยหมด โอกาสเปิดให้เต็มที่ เราเดินพรวดเดียวจากห้องนอนถึงประตู ก็ออกไปได้ง่ายและฉับไว

ในระดับสังคมก็เหมือนกัน เรามีกฎจราจร ก็ทำให้คนมีโอกาสในการเดินทาง ทำให้ไปไหนมาไหนได้สะดวก แต่ถ้าไม่มีวินัย ก็ติดขัด เสียโอกาส หมดความสะดวก

ถ้าบ้านเมืองไม่ดี คนขาดวินัย เบียดเบียนกัน เกิดอาชญากรรมมาก มีภัยต่อชีวิตร่างกายและทรัพย์สิน คนจะไปไหนก็หวาดระแวงกัน บอกว่าเวลานั้นย่านนั้นแถบนั้นอย่าไป จะ

---

[๑] ในศีล ๔ หมวด ของเดิม ซึ่งท่านจัดแสดงไว้สำหรับพระสงฆ์ ศีลหมวดนี้เรียกว่า ปาฏิโมกขสังวรศีล และจัดเป็นหมวดแรก ในที่นี้ ใช้คำว่า "วินัยบัญญัติ" (ข้อบัญญัติที่เป็นวินัย) เพื่อให้เป็นคำกลางๆ ที่ใช้ได้ทั่วไป (ศีล ๔ หมวดของเดิมสำหรับพระสงฆ์ เรียกว่า ปาริสุทธิศีล ๔ เรียงลำดับเป็น ปาฏิโมกขสังวรศีล อินทรียสังวรศีล อาชีวปาริสุทธิศีล ปัจจัยสันนิสสิตศีล)



ทำกิจกรรมทางธุรกิจ ทางสังคม ทางการศึกษา ก็ติดขัดไปหมด จะพัฒนาชีวิตก็ไม่ได้ พัฒนาสังคมก็ไม่ได้ เราก็จัดตั้งตรากฎหมายขึ้นมา ซึ่งเป็นเครื่องมือในการจัดการให้เกิดความเป็นระเบียบเรียบร้อย ทำให้มีโอกาสมากที่สุดที่จะอยู่ทำการเพื่อผลที่ต้องการ

อนึ่ง ที่ว่าวินัยจัดสรรให้มีโอกาสหรือเอื้อโอกาสนั้น เป็นเรื่องสัมพันธ์กับจุดหมาย กล่าวคือ วินัยช่วยให้เกิดมีโอกาสที่จะอยู่จะทำจะดำเนินการในทางที่จะบรรลุจุดหมายอย่างใดอย่างหนึ่งของหมู่ชน ชุมชน สังคม ตลอดจนองค์กร หรือกิจการนั้นๆ ด้วยเหตุนี้ ในเวลาเดียวกันนั้น วินัยจึงปิดกั้นโอกาส เรียกว่าปิดช่องทาง มิให้มีการกระทำดำเนินการที่จะขัดขวางบั่นทอนการก้าวไปสู่จุดหมายที่มุ่งหวังนั้น

ตัวอย่างก็ดูที่วินัยของพระสงฆ์นี่แหละ ว่าวินัยจัดสรรโอกาสอย่างไร

การมีวัดมีพระสงฆ์ขึ้นมานั้น มีหลักการและความมุ่งหมายชัดเจนว่า เป็นการดำเนินวิถีชีวิตแบบสมณะ เพื่อให้ผู้ที่ร่วมอยู่ในสังฆะมีเครื่องช่วยเกื้อหนุนส่งเสริมให้มีความพร้อมมากที่สุด ที่จะมุ่งเจริญไตรสิกขาคือฝึกศึกษาพัฒนาตน ให้ลุถึงวิมุตติหลุดพ้นมีอิสรภาพแห่งนิพพาน และให้ชุมชนแห่งสังฆะนี้เป็นแหล่งที่ผู้มีชีวิตอันเป็นอิสระ สามารถเอื้อธรรมเพื่อประโยชน์สุขแก่มหาชนได้เต็มที่

ดังนั้น ประมวลวินัยบัญญัติสำหรับสังฆะ ที่มีชื่อว่าปาฏิโมกข์ จึงประกอบด้วยพุทธบัญญัติที่จัดวางระเบียบความเป็นอยู่ให้เป็นวิถีชีวิตแห่งการเจริญไตรสิกขาและเป็นนาบุญที่อำนวยธรรมด้วยข้อกำหนด ทั้งด้านที่เอื้อเสริมโอกาสในการที่จะปฏิบัติสู่จุดหมาย และด้านที่ปิดกั้นช่องโหว่มิให้เกิดมีสิ่งกีดขวางต่อการก้าวสู่จุดหมายนั้น

เมื่อพูดในขั้นจุดหมายรวมของมนุษยชาติ ว่าตามหลักพุทธศาสนา วินัยก็จะมุ่งจัดตั้งวางระเบียบชีวิตระบบสังคม (รวมทั้งระบบเศรษฐกิจ การเมืองการปกครอง) ที่จะให้มนุษย์มีโอกาสดีที่สุดในการดำเนินชีวิตที่ดีและพัฒนาชีวิตของตน โดยที่พร้อมกันนั้น ก็ปิดช่องต่อสิ่งที่จะกีดขวางบั่นทอนหรือทำลายระบบการดำเนินชีวิตที่ดีและการพัฒนาตนของมนุษย์นั้น

วินัยพื้นฐานสำหรับสังคมมนุษย์ จึงได้แก่ ศีล ๕ ซึ่งเป็นข้อกำหนดอย่างต่ำสำหรับชาวบ้านที่จะให้สังคมมีความสงบเรียบร้อยในระดับที่พออยู่กันได้ ไม่ลุกเป็นไฟ ให้บุคคลมีโอกาสพอที่จะดำเนินชีวิตที่ดีและพัฒนาชีวิตของตนได้ จึงถือได้ว่า ศีล ๕ เป็นฐานของการจัดระเบียบสังคม ดังที่ปรากฏว่า จากศีล ๕ นี่ก็พัฒนาเป็นกฎหมาย เป็นระเบียบกฎเกณฑ์อะไรต่ออะไรขึ้นไปอีกทีหนึ่ง

โดยมากกฎหมายของเราก็อาศัยศีล ๕ นี่แหละเป็นฐาน ขยายออกไปจากเรื่องศีลนี้แหละเป็นกฎหมายเกี่ยวกับชีวิตร่างกาย เกี่ยวกับทรัพย์สิน เกี่ยวกับครอบครัว เกี่ยวกับเรื่องทางเพศ เรื่องการใช้วาจา และเรื่องสิ่งเสพติดมัวเมา เรื่องเหล่านี้เป็นข้อใหญ่ในการตรากฎหมาย

โดยนัยที่ว่ามา ถ้าไม่มีวินัย มนุษย์ก็จะสูญเสียโอกาสในการที่จะดำเนินชีวิตที่ดีและที่จะพัฒนาชีวิตของตนให้ดีงามยิ่งขึ้น แต่น่าสังเกตว่า ระบบสังคมหรืออารยธรรมปัจจุบันดูเหมือนจะทำการในทางที่ค่อนข้างจะตรงข้าม คือ กลับเอื้อเสริมโอกาส (เปิดช่อง) ให้มนุษย์ดำเนินชีวิตในทางที่เป็นโทษแก่ตนเอง ขัดขวางการพัฒนาชีวิตของตน

บางทีอาจจะเป็นเพราะการจัดระเบียบชีวิตและระบบสังคมในปัจจุบันนั้น ยังตั้งอยู่บนฐานแห่งความคิดที่เลื่อนลอย ขาดหลักการและจุดหมายที่ชัดเจน

อาจเป็นได้ว่า เราอยู่ในยุคที่เป็นเพียงประชาธิปไตยอย่างว่า หรือประชาธิปไตยเพียงตามที่สักว่าเรียกกัน (So-called democracy) ที่มนุษย์ยังไม่เข้าใจความหมายของวินัยและเสรีภาพ มองไม่ชัดว่า วินัยมีไว้ทำไม เสรีภาพมีเพื่ออะไรกันแน่ เริ่มตั้งแต่เข้าใจผิด มองวินัยเป็นเครื่องบังคับแล้วก็เลยใช้วินัยผิดทาง ไม่ช่วยให้บรรลุจุดหมายของชีวิตและสังคม

ยุติกันแค่นี้ก่อนว่าวินัยเป็นเครื่องจัดสรรเอื้ออำนวยโอกาสเพื่อให้มนุษย์พัฒนาชีวิตของตนแล้วทีนี้ เมื่อมนุษย์มีเสรีภาพ เราก็เอาโอกาสที่วินัยจัดสรรให้นี้ใช้ในการพัฒนาชีวิตนั้นตามความมุ่งหมาย

นี่ก็หมายความว่า สังคมที่มีวินัย มีกฎหมาย มีรัฐธรรมนูญที่ดีที่สุด คือสังคมที่จัดสรรด้วยวินัย ด้วยกฎหมาย ด้วยรัฐธรรมนูญ เป็นต้นนั้น ให้มนุษย์ในสังคมนั้นมีโอกาสพัฒนาชีวิตได้ดีที่สุด

คงเห็นได้แล้วว่า ศีล ๔ หมวด ที่ทางพระจัดแบ่งไว้นี้ เป็นหลักการดำเนินชีวิตและพัฒนามนุษย์ ที่ล้วนแล้วแต่เกี่ยวข้องกับสุขภาวะทั้งนั้น

ยุคไอที จะบ่มอินทรีย์ หรือปล่อยอินทรีย์ให้เขามอม

ต่อไปก็ไปเรื่องของจิตใจ แล้วก็เรื่องปัญญา ตามลำดับที่ว่า

แดนที่ ๒ คือ **ภาวะจิต** ซึ่งโยงถึงการพัฒนาจิตใจด้วย

แดนที่ ๓ คือ **การใช้ปัญญา** ซึ่งโยงถึงการพัฒนาปัญญาด้วย

นอกจากพูดถึงเรื่องจิตใจ และเรื่องปัญญาในแต่ละแดนแล้ว ก็ต้องพูดถึงเรื่องที่ภาวะจิตกับปัญญาเป็นปัจจัยเกื้อหนุนซึ่งกันและกันด้วย

อย่างไรก็ตาม พอดีว่า ในตอนที่ผ่านมา ได้พูดเรื่องภาวะจิต และเรื่องปัญญา รวมทั้งเรื่องที่ภาวะจิตกับปัญญาเป็นปัจจัยแก่กันและกันมาไม่น้อยแล้ว จึงเห็นว่าในที่นี้ เรื่องของแดนจิตใจและแดนปัญญา น่าจะพอแค่นั้นก่อน

เมื่อพอควรแล้ว ก็จะพูดถึงเรื่องเกร็ดๆ และเรื่องแถมพิเศษไว้หน่อย เรื่องหนึ่งที่อยากให้สังเกตก็คือ ในการแก้ปัญหา โดยเฉพาะปัญหาชีวิตจิตใจ หรือในการดับทุกข์นั้น วิธีการทางจิตใจกับวิธีการทางปัญญา มีประโยชน์ในคนละระดับ และได้ผลแตกต่างกัน

เรื่องที่สำคัญคือความสุข ก็มีความสุขในระดับจิตใจ และความสุขในระดับปัญญา ซึ่งประณีตต่างกัน ว่ากันแบบรวบรัด ความสุขในระดับจิตใจถึงจะลึกซึ้งแค่ไหน ก็ยังไม่เป็นอิสระจริงต้องมีปัญญาเข้ามาปลอดปล่อย จึงจะเป็นอิสระสมบูรณ์

ในการแก้ปัญหาจิตใจในชีวิตประจำวัน อย่างที่เจอกันบ่อยๆ เช่น เรื่องความโกรธ ก็มีทั้งวิธีการทางจิต และวิธีการทางปัญญา ซึ่งอาจจะโยงกัน และได้ผลแตกต่างกันหลายระดับ

การปฏิบัติต่อประสบการณ์และสถานการณ์ต่างๆ ก็สามารถใช้วิธีการทางจิต หรือวิธีการทางปัญญา หรือทั้งสองอย่างประสานกัน แต่ในที่สุด การแก้ไขขั้นปลดปล่อยจะต้องถึงปัญญา

อย่างเรื่องเกิดมารวย-เกิดมาจน เกิดมาสวย-เกิดมาขี้เหร่ ฯลฯ ก็ไม่มีฝ่ายไหนได้เปรียบหรือเสียเปรียบจริง อยู่ที่มีวิธีปฏิบัติจัดการทางจิตและทางปัญญาอย่างไร

ในการใช้วิธีทางจิต หรือวิธีทางปัญญาทั้งหมดนั้น ตัวทำงานสำคัญที่พึงใส่ใจเป็นพิเศษคือ ***โยนิโสมนสิการ*** ที่อาจพลิกสถานการณ์ร้ายสุด ให้กลับเป็นดีอย่างยิ่งก็ได้

เมื่อเวลาอาจจะหมดแล้ว ก็ขอยกตัวอย่างตอนท้ายสุดเลย คือในเวลาที่คนจะตาย คนทั้งหลายก็มาคิดกัน รวมทั้งทางแพทย์ก็จ้องคิดว่าจะช่วยคนไข้ที่ใกล้ตายอย่างไร จะช่วยให้เขาตายอย่างไรจะดีที่สุด

อย่างที่ว่าแล้ว การปฏิบัติแล้วในเรื่องนี้ มีทั้งในระดับจิตใจและในระดับปัญญา ส่วนในระดับทางกายนั้นก็ถือว่า แน่นอนละ คุณหมอต้องพยายามช่วยเต็มที่

ในระดับจิตใจนั้น ตามปกติเราจะให้คนไข้เอาจิตยึดเหนี่ยวกับสิ่งที่ดีๆ อย่างโบราณว่าให้บอกอรหัง หรือเอาคำว่าพุทโธมาให้ว่า หรือให้ฟังเสียงสวดมนต์ หรือลูกหลานอาจจะมายืนใกล้ๆ แล้วก็มาพูดทวนให้คุณพ่อ-คุณแม่ คุณปู่-คุณย่า คุณตา-คุณยายฟังว่า เมื่อนั้นๆ นะ คุณพ่อคุณแม่ไปทำบุญที่นั่นมา การทำบุญครั้งนั้นสำคัญ เป็นประโยชน์มากอย่างนั้นๆ ให้จิตใจของท่านอยู่กับบุญกุศล ไม่กระวนกระวาย ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่แกว่งไกวไปที่อื่น และใจของท่านมีความชื่นชมยินดี เกิดปีติ อิ่มใจ ปลื้มใจ มีความสุข เบิกบานผ่องใส

ถ้าสามารถทำให้จิตใจของผู้ป่วยผูกจับอยู่กับบุญ อยู่กับความดี อยู่กับพระพุทธเจ้า อยู่กับพระธรรม อยู่กับพระรัตนตรัย อยู่กับอะไรก็ได้ที่ดีๆ ไม่ไปไหนอื่นเลย แล้วสงบ ผ่องใสได้ก็ถือว่าประสบความสำเร็จ คืออยู่ด้วยศรัทธา อยู่ด้วยสิ่งที่ยึดเหนี่ยวที่ทำให้จิตใจไม่ว้าวุ่น ไม่เศร้าหมอง ไม่ทุกข์ ไม่บีบคั้น ไม่กระวนกระวาย นี้ก็เป็นการดีอย่างยิ่งแล้ว

แต่ยังมีอีกขั้นหนึ่ง ขอให้คิดเองว่า ระหว่างการทำให้คนใกล้ตายมีสิ่งดีงามยึดถือ เช่น บุญกุศลอยู่กับใจ ซึ่งดีมากแล้วนี้ กับอีกขั้นหนึ่งคือการทำให้ท่านผู้มีชีวิตในขณะสุดท้ายนั้น ได้เกิดมีความเข้าใจมองเห็นความจริงของชีวิต มองเห็นโลกเห็นชีวิตตามเป็นจริงว่า สังขารทั้งหลายมันเป็นอย่างนี้ โลกเป็นอย่างนี้ มนุษย์ทั้งหลายเป็นอย่างนี้ มองเห็นชีวิตสังขารตามสภาวะแล้ววางใจต่อชีวิตและต่อสิ่งทั้งหลายทั้งปวงได้ วางใจลงตัว ไม่ยึดอะไรเลย อย่างไหนจะดีกว่ากัน



ย้ำว่า ระหว่างการมีจิตยึดอยู่กับสิ่งที่ดีที่สุด ระลึกถึงพระรัตนตรัย หรือใจอยู่กับบุญกุศลที่ดีแล้วนี้ กับการมีจิตที่มีปัญญาสว่างแจ้ง รู้ เข้าใจ มองเห็นความจริงแล้ววางได้หมด ไม่ยึดเลยนี้ อย่างไหนดีกว่า

(เสียงตอบว่า อย่างหลัง)

อย่างหลังดีกว่า นี้แหละจึงบอกว่าต้องมีการแยก อย่างแรกเป็นการใช้วิธีการในระดับจิตใจ เรียกว่าระดับสมถะ อย่างหลังเป็นระดับปัญญา ในเชิงวิปัสสนา

ในเรื่องผู้ป่วยโรคร้ายแรงหมดทางรักษา มีแง่พิจารณาอีกอย่างหนึ่ง คือการปิดโรคหรือหลอกคนไข้ไม่ให้รู้โรคที่เป็น ว่าดีหรือไม่ดี อันนี้ยังต้องตอบแบบมีเงื่อนไข หรือแยกว่าดีขั้นไหน และไม่ดีขั้นไหน

การปิดทำนองหลอกนั้นไม่ใช่ว่าไม่ดีเลย ก็มีดีอยู่ขั้นหนึ่ง เริ่มด้วยเจตนาดี คือตั้งใจดี หวังดีต่อผู้ป่วย เกรงว่าถ้าบอกความจริง ใจผู้ป่วยอาจจะรับไม่ได้ อาจจะหมดกำลังใจ แล้วก็จะทรุดหนักโดยเร็ว ก็เป็นการช่วยรักษาระดับจิตใจของเขาไว้ก่อน

ถามว่าการพูดทำนองหลอกอย่างนั้นผิดศีลข้อมุสาวาทไหม ก็ดูที่เจตนา มุสาวาทแท้ คือเจตนาพูดให้ผิดจากความจริงเพื่อทำลายประโยชน์ของเขา หรือเพื่อทำให้เขาเสียประโยชน์ ตัวเจตนาที่เป็นมุสาวาทขั้นเสียศีลก็คือตั้งใจจะเบียดเบียนเขา ถ้ามุ่งดีต่อเขาท่านไม่ถือว่าเป็นมุสาวาทแท้ เพราะเจตนานี้แหละเป็นตัวสำคัญ และเจตนาที่ผิดศีลก็คือจะเบียดเบียน

ทีนี้ คุณหมอเห็นคนไข้ใจไม่เข้มแข็ง ไม่มีกำลังใจ จะรับไม่ไหว ถ้าขืนบอกความจริงนี้ คงวูบเลย จึงตอบเลี่ยงไป บางทีก็เหมือนกับหลอก อย่างนี้ก็ถือว่าไม่ใช่มุสาวาทแท้ เพราะว่าไม่มีเจตนาเบียดเบียน

แต่ท่านก็ยังไม่ยอมให้บริสุทธิ์ร้อยเปอร์เซ็นต์ เพราะอะไร เพราะยังมีเจตนาพูดให้คลาดเคลื่อนจากความจริง และถ้าปล่อยตัวอยู่ในขั้นนี้ ก็จะเกิดความประมาท เพราะคิดว่าเท่านั้นพอแล้ว พอเจอกรณีอย่างนั้นอีก ก็จะได้แค่หลอกคนไข้ไปเรื่อย

จึงต้องพยายามต่อไป คือต้องพัฒนาทั้งตัวเองของคุณหมอ และพัฒนาคนไข้ โดยหาทางว่าทำอย่างไร เช่น จะพูดจาแบบไหน ให้คนไข้พัฒนาตัวเองไปสู่การยอมรับความจริงได้ เมื่อไรคนไข้มีปัญญาสว่างแจ้ง ยอมรับความจริง ปลงจิตวางใจลงตัวได้ เมื่อนั้นเป็นอิสระแล้ว นั่นคือดีที่สุด

นี่แหละที่ต้องว่าเป็นขั้นๆ เมื่อถามว่าดีไหม ? ก็ตอบว่าดีในขั้นหนึ่ง อย่าบอกว่าดีจบไปเลย ไม่ควรตอบตายตัวไปข้างเดียว ท่านให้มองอะไรๆ เป็นการพัฒนาไปเป็นขั้นๆ ก็ต้องค่อยๆ พัฒนาแล้วค่อยๆ แยกแยะว่าไป



หลักนี้ใช้ได้ทั่วไปกับเรื่องของมนุษย์ ธรรมดาของมนุษย์นี้ เราจะให้เป็นเหมือนกันหมด เช่น จะให้ทุกคนมีความสุขด้วยปัจจัยตัวเดียวกันเหมือนกันหมด เป็นไปไม่ได้ เพราะว่าในเวลาหนึ่งๆ มนุษย์ทั้งหลายอยู่ในระดับแห่งการพัฒนาที่ต่างๆ กัน จึงมีความต้องการเป็นต้นแตกต่างกัน

แต่พร้อมกันนั้น มนุษย์ทุกคนก็มีธรรมชาติต้องพัฒนา ดังนั้น ในขณะที่แต่ละคนแตกต่างกัน อยู่ในระดับการพัฒนาที่ไม่เท่ากัน ก็จึงเหมือนกับมีเงื่อนไขว่า ขออย่างเดียวอย่าให้เขาหยุดอยู่กับที่ คือให้แต่ละคนพัฒนาก้าวหน้าต่อไป และเราก็ต้องมีระบบการ **"บ่มอินทรีย์"** คือ เสริมใส่ปัจจัยเกื้อหนุนหรือกระตุ้นทางบวก เพื่อช่วยให้คนพร้อมที่จะพัฒนา

(ถ้าเรามัวประมาท ไม่บ่มอินทรีย์คน ก็อาจจะเพลี่ยงพล้ำแก่ฝ่ายมอมเมาอินทรีย์ไปอย่างไม่รู้ตัว เช่น ในยุคไอทีปัจจุบัน มีปัจจัยตัวแปรเลื่อนลอย หรือปัจจัยที่สังคมละเลยควบคุมไม่ได้มากมาย ถูกปล่อยมากระตุ้นเร้าปลุกปั่นด้านเสพให้เด็กเกิดความพร้อมทางเพศเร็วไวผิดปกติ ขณะที่ความพร้อมในการที่จะเรียนรู้กลับยิ่งล่าช้าหรือทื่อด้านไป เพราะความละเลยไม่บ่มอินทรีย์อย่างที่ว่า จึงเสียท่าแก่ฝ่ายมอมอินทรีย์)

ในกรณีตัวอย่างนี้ ถ้าพิจารณาให้ดี จะมองเห็นหลักการสำคัญรองรับเป็นพื้นอยู่ พูดง่ายๆ ว่า คือเรื่อง ***ปัจจัยภายใน*** กับ ***ปัจจัยภายนอก***

อย่างเรื่องคนไข้ ถ้าตัวคนไข้ทำใจได้เอง ใจอยู่กับบุญกุศลได้ จนกระทั่งมองเห็นและยอมรับความจริง วางใจลงตัวเป็นอิสระได้ ก็เรียกว่ามีปัจจัยภายใน ทำให้ช่วยตัวเองได้ หรือพึ่งตนได้

แต่ถ้าคนไข้ใจไม่ดีเลย พึ่งตัวเองไม่ได้ คนเฝ้าไข้ ญาติ และแพทย์พยาบาล ก็ช่วยจัดสภาพแวดล้อม ช่วยพูดชักนำ เป็นต้น (หรือแม้ว่าคนไข้พอจะเข้าทางได้ แต่ผู้ดูแลก็ช่วยเกื้อหนุนอีก) อย่างนี้ก็เป็นปัจจัยภายนอก

ในเรื่องเด็ก เรื่องนักเรียน เยาวชน จนถึงคนทั่วไป ก็เหมือนกัน ก็ใช้หลักการปัจจัย ๒ ด้าน คือ ปัจจัยภายใน กับปัจจัยภายนอก นี้แหละ

ปัจจัยในตัวสำคัญ ได้แก่ **โยนิโสมนสิการ** ที่ได้เอ่ยชื่อมาเป็นครั้งคราว ประปราย ปัจจัยภายนอกที่สำคัญ คือ คนที่เป็นกัลยาณมิตร เช่น แพทย์ พยาบาล ญาติ และคนเฝ้าไข้ที่จิตใจดี มีความรู้ความเข้าใจ รู้จักพูดจาแนะนำ

ทีนี้ พูดถึงตัวหลักการเลยว่า ในการจะเข้าสู่ หรือเริ่มก่อองค์รวมการดำเนินชีวิตที่ดี โดยมีระบบการพัฒนาชีวิตได้นั้น ต้องมีปัจจัยชักนำเกื้อหนุน เรียกว่า ปัจจัยแห่งสัมมาทิฐิ

ปัจจัยแห่งสัมมาทิฐิ คือปัจจัยที่จะกระตุ้นเร้า เกื้อหนุน ชักนำให้เกิดความรู้ความเข้าใจ ได้แนวคิดที่ถูกต้อง เรียกได้ว่าเป็นปัจจัยพื้นฐานของการศึกษา หรือปัจจัยพื้นฐานของการพัฒนามนุษย์ มี ๒ อย่าง คือ



๑. ปัจจัยภายนอก หรือองค์ประกอบภายนอก ได้แก่ **ปรโตโฆสะ** (เสียงจากผู้อื่น หรืออิทธิพลจากภายนอก) เฉพาะอย่างยิ่งกัลยาณมิตร

๒. ปัจจัยภายใน หรือองค์ประกอบภายใน ได้แก่ **โยนิโสมนสิการ** (ภาษาเก่าแปลว่าการทำใจโดยแยบคาย) คือ การรู้จักมอง รู้จักคิด รู้จักพิจารณา ให้หาประโยชน์ได้ และให้เห็นความจริง

ทั้งสองอย่างนี้ เป็นเรื่องใหญ่ ในที่นี้ได้เพียงให้หัวข้อ และย้ำความสำคัญไว้ว่า ในการพัฒนามนุษย์ ซึ่งก็รวมการพัฒนาสุขภาวะอยู่ด้วยดี จะต้องจัดการกับปัจจัยสองอย่างนี้ให้ดี *ทั้งปัจจัยภายนอก* คือปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม โดยเฉพาะปัจจัยทางสังคม และ *ปัจจัยภายใน* คือปัจจัยในตัวบุคคล

ด้าน **ปัจจัยภายนอก** จะต้องจัดระบบกัลยาณมิตร ให้มีระบบครอบครัว ระบบโรงเรียน ระบบชุมชน ระบบสื่อมวลชน ตลอดจนสภาพทั่วไปของสังคมที่ดี รวมถึงการดูแลสิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติ ทางวัตถุ และการส่งเสริมวัฒนธรรมอย่างถูกต้อง (ควรเน้นเรื่องครอบครัวเป็นพิเศษ)

ด้าน **ปัจจัยภายใน** สำหรับคนทั่วไป ก็อาศัยปัจจัยภายนอกนั่นแหละ มาเหนี่ยวนำ โดยมีวิธีการที่แยบคาย และคนจะพึ่งตัวได้จริงก็ต่อเมื่อมีปัจจัยภายในอยู่ในตัว

ถ้ามีปัจจัยภายนอก เพียงมีปัจจัยทางสังคมที่ดี ก็จะทำได้แม้แต่การบ่มอินทรีย์ ที่จะทำให้คนเกิดความพร้อมที่จะก้าวไปในการพัฒนา แต่ถ้าไม่จัดสภาพสังคมให้ดี ปล่อยให้บาปมิตรแสดงฤทธิ์กันเกลื่อนไป ก็คงจะได้แค่การมอมอินทรีย์ ที่ทำให้เด็กมีความพร้อมที่จะเสพติดมัวเมาในด้านต่างๆ เร็วไวอย่างที่อาจจะคาดไม่ถึง

ที่พูดนี้เป็นตัวอย่างว่า แม้แต่ในเวลาจะตาย ก็มีสุขภาวะในระดับต่างๆ จนถึงขั้นสูงสุดที่ว่าถ้ามีปัญญาที่สว่างจ้าอย่างนั้น ก็จะมีความสุขเป็นอิสระ ดังที่บอกแล้วว่าปัญญาเป็นตัวปลด-ปล่อย ทำให้ลงตัว ปลงลงได้ วางไว้ เป็นอิสระ ล่วงพ้น โล่ง ไม่มีอะไรมาจำกัด หรือวัดได้

ในระดับจิตใจ บางทียังต้องใช้วิธีครองที่ คือเอาสิ่งที่ดีมายึดถือกำกับไว้ ให้สิ่งที่ชั่วร้ายให้ทุกข์เข้ามาไม่ได้ หรือใช้วิธีทดแทน คือเอาสิ่งที่ดีเข้ามาแทนที่สิ่งชั่วร้าย ซึ่งครองที่หรือครอบงำจิตอยู่ก่อน หรือเป็นวิธีข่มเป็นวิธีปราบสยบฝ่ายร้ายไม่ให้มีกำลังเข้มแข็งมามีอิทธิฤทธิ์โดยเอาฝ่ายดีเช่นสมาธิข่มเข้าไป

รวมความว่า วิธีทางจิตเป็นการข่มไว้บ้าง ยึดครองที่บ้าง ทดแทนบ้าง รวมทั้งปลอบ-ประโลมด้วย แต่วิธีทางปัญญานี้เป็นการล้าง ละลายหรือหลุดพ้นเลย หมายความว่า ทำให้เป็นอิสระปลอดโปร่งโล่งไปเลย **ดังนั้น สุขภาวะในขั้นปัญญาจึงมีความสำคัญอย่างที่สุด**



ภาวะจิตเพื่อชีวิต และภาวะจิตเพื่อสังคม

ก่อนจะจบ ขอพูดเรื่องสำคัญบางอย่าง ไหนๆ เราก็พูดถึงการพัฒนาระดับต่างๆ แล้ว ก็ควรพูดถึงสิ่งที่จะใช้ประโยชน์ในระดับพื้นฐาน ชนิดที่ควรจะมีเป็นประจำไว้

เราบอกว่า ชีวิตที่ดำเนินไปอย่างถูกต้อง เป็นอยู่ถูกต้อง หรือเป็นอยู่เป็นนี้ มีสามแดน คือ แดนความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม แดนภาวะจิตใจ และแดนปัญญา ทั้งนี้เราแยกได้แล้วว่า ปัญญาซึ่งพัฒนาถึงขั้นวิชชา จะเป็นตัวปลดปล่อยทำให้เป็นอิสระสูงสุด ทำให้สมบูรณ์ หมายความว่า พอวิชชามา ก็นำไปสู่วิมุตติหลุดพ้นเป็นอิสระ พร้อมทั้งวิสุทธิก็หมดจดสดใส และสุขสงบสันติ

ทีนี้ถอยมาในระดับจิตใจ จะเน้นเรื่องภาวะจิตพื้นฐาน ที่เป็นคุณสมบัติที่ทุกคนควรมีไว้ประจำในใจ ซึ่งแยกได้เป็น ๒ ชุด คือ

ก) ภาวะจิตฝ่ายประจำภายในตัว เพื่อความอยู่ดีของตนเอง และเป็นพื้นฐานของการพัฒนาชีวิตต่อไป

ชุดนี้ พุทธศาสนาเน้นมากว่า เป็นเครื่องวัดความก้าวหน้าของการพัฒนาจิตใจ คือ คนไหนที่ไปปฏิบัติธรรม ถ้ายังไม่ได้คุณสมบัติ ๕ อย่างนี้ ถือว่ายังไม่ประสบความสำเร็จ คือ

๑. ปราโมทย์ คือ ความร่าเริงเบิกบาน ข้อนี้เป็นพื้นใจเลย คนทุกคนควรมีภาวะจิตนี้เป็นประจำ นี้คือ emotion อย่างหนึ่ง ถ้าพูดในทางธรรม เราไม่ใช้คำว่า อารมณ์ จะเลี่ยงไปใช้ศัพท์ฝรั่งเลยก็ได้

ในด้านจิตใจ ท่านถือว่าปราโมทย์นี้สำคัญมาก พระพุทธเจ้าตรัสว่า **"ปาโมชฺชพหุโล ภิกฺขุ ทุกฺขสฺสนฺตํ กริสฺสติ"** แปลว่า ภิกษุผู้มากด้วยปราโมทย์จะทำทุกข์ให้หมดสิ้นไป หมายความว่า จะบรรลุนิพพาน ทุกคนจึงควรมีจิตใจที่ร่าเริงเบิกบานอยู่เสมอ ให้เป็นพื้นใจเลยทีเดียว แต่ขอให้เป็นความร่าเริงในเรื่องที่ดีงาม จึงเป็นภาวะจิตกุศล เป็น positive emotion

๒. ปีติ คือ ความอิ่มใจ ปลื้มใจ หมายความว่า เวลาทำงานทำการถ้าจิตของเราไม่ตั้งไว้ผิด ใจของเราไม่ฟุ้งเฟ้อ ไม่ไปมัวหวังเพ้อกับกาลข้างหน้า เราจะได้ความอิ่มใจจากงานที่ทำ เราทำงานไป งานก็เดินหน้าไป จิตของเราก็ปีติ อิ่มใจไปกับงานที่เดินหน้าไป ถ้าได้ผลสำเร็จสำคัญก็ปลื้มใจ

๓. ปัสสัทธิ คือ ความผ่อนคลาย เรียบสงบ เย็นใจ ไม่เครียด ข้อสามนี้ ตรงข้ามกับที่เราเป็นปัญหากันนักในปัจจุบัน อย่างที่บ่นกันว่าตนมักจะเครียด แสดงว่าดำเนินชีวิตผิด เพราะถ้าเราบอกว่าโลกเจริญ เมื่อดำเนินชีวิตถูก ก็ต้องมีชีวิตที่ดีขึ้น ต้องมีปัสสัทธิ

อนึ่ง สามข้อนี้มาต่อกันเองโดยธรรมชาติ เมื่อมีปราโมทย์แล้ว ก็เปิดโอกาสให้เกิดปีติ พอมีปีติ อิ่มใจ ปลื้มใจแล้ว ปัสสัทธิก็มาเองโดยอัตโนมัติ ก็จะรู้สึกผ่อนคลายสงบเย็น

มีแง่พิเศษว่า ปัสสัทธินี้เป็นข้อที่โยงระหว่างกายกับใจ คือพอเกิดปัสสัทธิแล้ว ความผ่อนคลายก็จะมีทั้งทางกายและทางใจ และความเครียดก็เช่นเดียวกัน ถ้าเกิดความเครียดแล้วก็จะเครียดทั้งกายและใจ

๔. สุข คือ ความฉ่ำชื่นรื่นใจ พอปัสสัทธิผ่อนคลายแล้ว ความสุขก็มา คนก็มีความสุข

๕. สมาธิ คือ ภาวะที่จิตมั่นแน่ว อยู่ตัว ไม่มีอะไรรบกวน จะคิด จะพิจารณาจะทำอะไรใจก็อยู่กับเรื่องนั้น ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่วอกแวกหวั่นไหว ซึ่งอาศัยความสุข คือความสุขเป็นตัวเอื้อเปิดโอกาสให้จิตเป็นสมาธิ ตั้งมั่น อยู่ตัว เข้าที่ ช่วยให้จิตนั้นไม่ถูกอะไรรบกวน แล้วอะไรๆ ก็รบกวนมันไม่ได้ และมันก็อยู่กับสิ่งที่ต้องการได้ตามต้องการ

ดูง่ายๆ ว่า จิตที่เป็นสมาธิก็คือจิตที่อยู่กับสิ่งที่ต้องการได้ตามต้องการ ถ้าจิตของใครยังไม่อยู่กับสิ่งที่ต้องการได้ตามที่ต้องการ ก็ยังไม่เป็นสมาธิ และจิตนั้นก็ไม่ถูกรบกวน อะไรมากวนมันไม่ได้

ควรนึกไว้ด้วยว่า ความสุขนี้ก็สำคัญมาก ถ้าไม่มีสุขแล้ว สมาธิจะเกิดได้ยาก ท่านให้หลักว่าสุขเป็นบรรทัดฐานของสมาธิ เมื่อมีสุข ก็เปิดโอกาสให้จิตอยู่ตัวสงบ แต่พอทุกข์ จิตถูกบีบคั้นก็จะดิ้นรน จึงเป็นสมาธิได้ยาก ต่อจากนั้น พอมีสมาธิแล้ว ก็ยิ่งสุข

เป็นอันว่า คุณสมบัติ ๕ อย่างนี้ ควรทำให้มีในจิตใจอยู่เสมอ เป็นภาวะจิตที่ดีเป็น positive emotions จะเรียกว่าสุขภาวะทางจิตก็แล้วแต่ คือ ***ปราโมทย์ ปีติ ปัสสัทธิ สุข สมาธิ*** มีชื่อรวมเรียกว่า **ธรรมสมาธิ** หมายความว่า เมื่อภาวะจิตห้าข้อนี้ตั้งแน่วเข้าที่แล้ว จิตก็เป็นสมาธิด้วย

พอจิตเป็นสมาธิแล้ว ถ้าเดินหน้าถูก ไม่เฉไฉเสีย ก็ก้าวไปสู่ปัญญา แต่ทั้งนี้ก็อยู่ที่ว่าจะจัดการอย่างไร แต่ตอนนี้จิตเองนั้น ดี พร้อมแล้ว จิตที่เป็นสมาธินั้น ท่านใช้คำว่า **"กัมมนีย์"** (หรือ กรรมนีย์) แปลว่า ควรแก่งาน คือเป็นจิตที่เหมาะแก่การใช้งาน หรือใช้งานได้ดี ถ้าเอาไปใช้งานทางปัญญาก็จะถูกต้องและดีที่สุด เป็นไปตามระบบของการพัฒนาชีวิต

อย่างไรก็ตาม บางคนเอาจิตสมาธิที่เหมาะแก่งานนี้ไปใช้ทางอิทธิฤทธิ์ปฏิหาริย์บ้าง เอาไปใช้เป็นที่หลบปัญหาอยู่สบายกับความสุขบ้าง ซึ่งเป็นการใช้ไม่ถูกทาง เขวไป จะทำให้เกิดปัญหาอย่างน้อยก็ทำให้หยุดชะงัก ไม่ก้าวไปสู่จุดหมายที่แท้

สมาธิแม้จะเป็นภาวะจิตที่ดี เป็นกุศล แต่สิ่งที่ดี ถ้าใช้ไม่ถูก ก็เป็นโทษได้ เรียกว่ากุศลเป็นปัจจัยแก่อกุศล ในทำนองเดียวกับที่อกุศลก็เป็นปัจจัยแก่กุศลได้ สมาธินั้นมีคำบาลีบอกลักษณะว่า มันเป็นโกสัชชปักข์ (โกสชฺชปกฺข) คือเป็นพวกเดียวกับความขี้เกียจ หมายความว่าพอจิตสงบสบายอยู่ตัวดีแล้ว ก็ชวนให้ไม่อยากทำอะไร ไม่อยากเคลื่อนไหว เพราะฉะนั้น จึงต้องมีตัวดุลมา นั่นคือ**วิริยะ** ที่เรียกว่าความเพียร

ความเพียรนั้นเป็นความแกล้วกล้า จะบุกฝ่า จะเดินหน้าเรื่อย ถ้าไม่มีสมาธิดุลไว้ ความเพียรจะทำให้พล่าน ท่านก็เลยให้ดุลกันระหว่างวิริยะกับสมาธิ สมาธิตั้งมั่นสงบ แต่ถ้าไม่มีวิริยะ



มันก็ไม่ไป จะหยุดอยู่กับที่แล้วก็ขี้เกียจ เอาแต่สบายจะมีความสุข แล้วทีนี้พอติดความสุขในสมาธิก็เกิดความประมาท กลายเป็นเสียไป ดังนั้นจึงต้องมีวิริยะมาดุล

เมื่อมีทั้งสองอย่างมาดุลกัน วิริยะ คือความเพียรนี้จะเดินหน้า เมื่อมีสมาธิด้วย ก็จะเดินหน้าอย่างเรียบสงบมั่นคง เป็นการก้าวไปด้วยดี จะเรียกวิริยะกับสมาธิคู่กัน เช่นเดียวกับเมื่อมีศรัทธาก็ต้องมีปัญญามาดุลไว้ ไม่ให้กลายเป็นเชื่อง่ายหรืองมงาย แล้วก็มีสติเป็นตัวคอยดู คอยคุม คอยตรวจสอบ คอยปรับให้เข้าที่พอดี

เป็นอันว่า ในใจก็ให้มี ๕ ข้อที่ว่านี้แหละ เป็นภาวะจิตที่ดีฝ่ายภายใน เพื่อความอยู่ดีของตัวเอง เป็นพื้นฐานที่มั่นคงของการพัฒนาชีวิตต่อไป

ข) ภาวะจิตฝ่ายแผ่ออกไปภายนอก เพื่อการสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อนมนุษย์ และเป็นพื้นฐานของการช่วยผู้อื่นให้พัฒนา

ในการสัมพันธ์ทางสังคม ธรรมคือคุณสมบัติ ที่พึงพัฒนาขึ้นไว้เป็นพื้นฐาน ก็คือภาวะจิตที่เรียกว่า ***พรหมวิหาร ๔*** ซึ่งคนไทยได้ยินชื่อกันจนคุ้น แต่ก็เข้าใจคลาดเคลื่อนกันไปไกลด้วย ในที่นี้ เป็นอันว่าไม่ควรจะพูดยาวแล้ว เพราะเวลาไม่อำนวย จึงแสดงไว้แต่หัวข้อ และอธิบายย่อ ดังนี้

๑. **เมตตา** คือ ความรัก ความปรารถนาดีอยากให้เขามีความสุข ความมีใจแผ่ไมตรีและใฝ่ทำประโยชน์แก่ผู้อื่น

๒. **กรุณา** คือ ความสงสาร อยากช่วยให้พ้นทุกข์ ใฝ่ใจจะปลดเปลื้องบำบัดความทุกข์ยากเดือดร้อนของผู้ประสบทุกข์

๓. **มุทิตา** คือ ความเบิกบานยินดี ในเมื่อผู้อื่นอยู่ดีมีสุข มีจิตใจผ่องใส บันเทิง เบิกบานชื่นชม ต่อสัตว์ทั้งหลายผู้ประสบความสุขความสำเร็จ พลอยยินดีด้วย มีใจส่งเสริมเมื่อเขาได้ดีมีสุข เจริญงอกงามยิ่งขึ้นไป

๔. **อุเบกขา** คือ ความมีใจเป็นกลาง ที่จะดำรงอยู่ในธรรมตามที่ได้พิจารณาเห็นด้วยปัญญาคือจิตเรียบตรงเที่ยงธรรมดุจตราชู ไม่เอนเอียงด้วยรักหรือชัง พิจารณาเห็นกรรมที่สัตว์ทั้งหลายกระทำแล้ว อันควรได้รับผลดีหรือชั่ว สมควรแก่เหตุอันตนประกอบ พร้อมที่จะวินิจฉัยและปฏิบัติไปตามธรรม รวมทั้งรู้จักวางเฉยสงบใจมองดู ไม่เข้าไปก้าวก่ายแทรกแซง ในเมื่อไม่มีกิจที่ควรทำ เพราะเขารับผิดชอบได้ดีแล้ว เขาสมควรรับผิดชอบตนเอง หรือเขาควรได้รับผลอันสมกับความรับผิดชอบของตน

ตรงนี้ขอแทรกหน่อย ทุกท่านคงทราบอยู่ว่า การทำงานของจิตใจอาศัยระบบของร่างกาย และภาวะจิตใจมีความสัมพันธ์ส่งผลต่อกันกับระบบของร่างกายนั้น

เมื่อคนโกรธ (มีภาวะจิตโกรธ หรือจะยังใช้คำว่ามีอารมณ์โกรธ ก็แล้วแต่) กล้ามเนื้อจะเครียดเขม็งเกร็ง แม้แต่กล้ามเนื้อหน้า หัวใจเต้นแรง หายใจแรงและเร็ว เกิดความเร่าร้อน ระบบ



การเผาผลาญทั้งหมดเร่งทำงานหนัก ฯลฯ ในระยะยาว ถ้ามักโกรธ หงุดหงิด ร่างกายจะทรุดโทรมไวแก่เร็ว อาจเป็นโรคบางอย่างง่าย เช่น เป็นแผลในกระเพาะอาหาร

ในทางกลับกัน ถ้าโกรธหรือกลัวขึ้นมา แต่ตั้งสิตได้ ค่อยๆ ผ่อนลมหายใจ โดยหายใจเข้า-ออกยาว ช้าๆ สม่ำเสมอ อาการเครียดเกร็ง เป็นต้น ของร่างกาย ก็จะบรรเทาลง แม้แต่อาการประหม่าก็อาจหายได้ และภาวะจิตก็จะดีขึ้นด้วย เรียกว่า ผ่อนคลายสบายขึ้นทั้งองคาพยพ อย่างง่ายๆ ถ้ากายเครียด ใจก็เครียดด้วย ถ้าใจเครียด กายก็เครียดด้วย

ข้อควรใส่ใจพิเศษตอนนี้อยู่ที่ว่า ภาวะจิต ๒ ชุด ซึ่งยกมาพูดที่นี่ นอกจากมีความสำคัญในการพัฒนาจิตใจ และเอื้อต่อการทำงานของปัญญาแล้ว ก็ส่งผลดีต่อร่างกาย เกื้อหนุนสุขภาพกายอย่างมาก

ตรงข้ามกับความโกรธ ก็คือเมตตา พอเมตตาเกิดขึ้นในใจ กล้ามเนื้อทั้งหลายได้พักกาย หายใจเรียบรื่น ทั้งระบบของร่างกายผ่อนคลาย ความสงบเย็นเกิดขึ้น การเผาผลาญลดน้อย ถ้ามีเมตตาประจำใจในระยะยาว นอกจากแก่ช้าแล้ว ก็จะมีบุคลิกภาพอ่อนโอน มีเสน่ห์ หรือชวนคบหา และให้เกิดความสุขแก่ผู้เข้ามาใกล้ชิดด้วย

คนที่มีภาวะจิตด้านลบ (negative emotions) เช่น โศกเศร้า ห่วงกังวล เบื่อหน่าย ท้อแท้ หมดกำลังใจ ฯลฯ นอกจากร่างกายจะทรุดโทรมไปชั้นหนึ่งแล้ว บางทียังทำให้เบื่ออาหาร เป็นต้น ซ้ำเข้าอีกชั้นหนึ่ง ทำให้เกิดผลเสียร้ายแรง อาจจะเสื่อมสุขภาพกายถึงขั้นเสียชีวิตก็ได้

แต่ในทางตรงข้าม ผู้ที่มีภาวะจิตที่ดี เฉพาะอย่างยิ่งมีปีติ อิ่มใจ แม้กายจะอด ก็อยู่ดีได้นาน แถมมีผิวพรรณงามผ่องใสด้วย

ดังเรื่องว่า ครั้งหนึ่งพระพุทธเจ้าเสด็จเข้าไปบิณฑบาตในหมู่บ้านพราหมณ์แห่งหนึ่ง ไม่ทรงได้รับอาหารเลย เสด็จกลับออกมาโดยมีบาตรเปล่า มารมาเยาะ พระพุทธเจ้าได้ตรัสว่า (สํ.ส. ๑๕ / ๔๖๙ / ๑๖๗)

เราทั้งหลายไม่มีอะไรกังวล อยู่เป็นสุขสบายนักหนา จะมีปีติ
เป็นภักษา เหมือนดังเหล่าเทวาพวกอาภัสสรพรหม

อีกตัวอย่างหนึ่ง เมื่อมีผู้ทูลถามว่า ภิกษุทั้งหลายผู้สงบ ครองพรหมจริยธรรมอยู่ในป่า ฉันภัตเพลาเดียว เหตุใดจึงมีผิวพรรณผ่องใส พระพุทธเจ้าตรัสตอบว่า (สํ.ส.๑๕/๒๒/๗)

ผู้ถึงธรรม ไม่เศร้าโศกถึงสิ่งที่ล่วงแล้ว ไม่พร่ำเพ้อถึงสิ่งที่ยังไม่มาถึง
เป็นอยู่กับปัจจุบันเพราะฉะนั้นผิวพรรณจึงผ่องใส
ส่วนชนทั้งหลายผู้ยังอ่อนปัญญา เฝ้าแต่ฝันเพ้อถึงสิ่งที่ยังไม่มาถึง มันหวน
ละห้อยถึงความหลังอันล่วงแล้ว จึงซูบซีดหม่นหมอง เสมือนต้นอ้อสด ที่เขา
ถอนทิ้งขึ้นทิ้งไว้ในที่กลางแดด

ได้ภาวะจิตดีแค่ ๒ ชุดนี้ เรื่องสุขภาวะก็เบาใจ เหมือนมีหลักประกันว่า ชีวิตจะงาม-สังคมจะดี มีฐานที่มั่นของการที่จะพัฒนาต่อไป

บทสรุปเชิงสาระ

เท่าที่พูดมา นับว่ายืดยาว เป็นเหตุให้หัวข้อทั้งหลายกระจายอยู่ห่างกันมาก อาจจะทำให้มองภาพรวมของระบบไม่ชัด จึงสรุปความไว้ที่นี่อีกครั้งหนึ่ง

ระบบการพัฒนาคน เพื่อมีองค์รวมการดำเนินชีวิตที่ดี

ได้พูดถึง **องค์รวมการดำเนินชีวิต** ที่มีองค์รวม ๓ แดน และ **ระบบการพัฒนาชีวิต** ของมนุษย์

การดำเนินชีวิต ๓ แดนที่เป็นองค์ร่วม คือ แดนความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม แดนภาวะจิตและแดนปัญญา

ที่จริง **องค์รวมการดำเนินชีวิต** และ **ระบบการพัฒนาชีวิต** ก็อยู่ด้วยกัน และโยงเป็นเรื่องเดียวกัน

ระบบการพัฒนาชีวิต ก็คือการจัดการให้การดำเนินชีวิต ๓ แดนที่เป็นองค์ร่วมใน**องค์รวมการดำเนินชีวิต** นั้น เป็นปัจจัยเกื้อหนุนกันในการก้าวไปสู่จุดหมายแห่งความเป็นชีวิตที่ดี ซึ่งมีคุณลักษณะที่มองได้หลายด้าน เฉพาะด้านที่ประสงค์ในที่นี้ เรียกว่า **สุขภาวะ**

เมื่อ**องค์รวมการดำเนินชีวิต** ก้าวไปในการพัฒนา หรือมีการพัฒนาอยู่ ก็เรียกว่า **"องค์รวมการดำเนินชีวิตที่ดี"**

ระบบการพัฒนาชีวิต ของมนุษย์ หรือเรียกให้สั้นว่า **"ระบบการพัฒนามนุษย์"** นี้ โดยสาระก็คือการศึกษา ซึ่งเรียกว่า **"สิกขา"** และเนื่องจากมีองค์ร่วม ๓ แดนดังกล่าวแล้ว จึงมีชื่อว่า **ไตรสิกขา** (สิกขา ๓) ซึ่งเป็นการพัฒนาองค์ร่วม ๓ แดน คือ

๑. **การพัฒนาแดนความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม** ทั้งสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ (ธรรมชาติ วัตถุสิ่งของ เทคโนโลยี) และสิ่งแวดล้อมทางสังคม คือมวลเพื่อนมนุษย์ เรียกรวมว่า **ศีล** แยกเป็น

๑) *อินทรียสังวร* คือรู้จักอินทรีย์ เช่น ตา หู ให้ดูฟังเป็น เป็นต้น เพื่อให้ได้ประโยชน์ โดยเน้นให้มุ่งเอาการศึกษาไม่ติดหลงในการเสพ

๒) *ปัจจัยปฏิเสวนา* คือกินใช้เสพบริโภคด้วยปัญญา โดยรู้จักประมาณ ให้เป็นการกินเสพพอดี ที่จะเป็นปัจจัยเกื้อหนุนการพัฒนาชีวิต

๓) *สัมมาอาชีวะ* คือ ประกอบอาชีพที่สุจริต ซึ่งไม่เบียดเบียนใคร แต่เป็นงานสร้างสรรค์เกื้อกูล และทำโดยซื่อตรงตามจุดหมาย กับทั้งได้เป็นโอกาสในการพัฒนาชีวิตของตน

๔) *วินัยบัญญัติ* คือรักษากติกาชุมชนหรือสังคม โดยถือเป็นข้อปฏิบัติในการฝึกตน เพื่อให้วิถีชีวิตร่วมกันนั้นเป็นเครื่องเอื้อโอกาสในการก้าวสู่จุดมุ่งหมายของการพัฒนาชีวิต โดยตนเองเป็นส่วนร่วมในการสร้างสภาพเอื้อโอกาสนั้น

๒. **การพัฒนาภาวะจิต** ทั้งด้านคุณภาพ สมรรถภาพ และสุขภาพ ให้เป็นจิตใจที่ดีงาม เข้มแข็ง มีความสุข โดยมีเจตจำนงที่เป็นกุศล และมีสภาพเอื้อพร้อมต่อการใช้งานทางปัญญา เรียกสั้นๆ ว่า ***สมาธิ***

๓. **การพัฒนาปัญญา** ให้รู้เข้าใจมองเห็นตามเป็นจริง ที่จะทำให้ปฏิบัติจัดการแก้ไขปรับปรุงทุกอย่างทุกด้านอย่างถูกต้องได้ผล จนหลุดพ้นจากปัญหา ดับทุกข์ได้ ทำให้เป็นอิสระ สดใสเบิกบาน สุขสงบอย่างแท้จริง เรียกง่ายๆ ว่า ***ปัญญา***

การดำเนินชีวิตและการพัฒนาการดำเนินชีวิตนั้น เป็นระบบและองค์รวม คือการดำเนินชีวิต ๓ แดน ที่เป็นองค์ร่วมจะสัมพันธ์เป็นปัจจัยแก่กันก้าวประสานไปด้วยกันเป็นอันหนึ่งอันเดียว ซึ่งเป็นเรื่องของความเป็นไปตามความจริงแห่งธรรมดาธรรมชาติของชีวิตนี้เอง

ดังเช่น เราสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม ไม่ว่าจะเป็นวัตถุหรือบุคคล ด้วยอินทรีย์ เช่น ตา หู หรือด้วยกาย-วาจา ***(ศีล)*** โดยมีเจตนาและสภาพจิตใจอย่างใดอย่างหนึ่ง (**จิต** หรือ ***สมาธิ***) ตามความรู้ความเข้าใจความคิดเห็น ตลอดจนความเชื่อถือ (ต่อปัจจัยภายนอกที่ชักจูง) อย่างใดอย่างหนึ่ง ***(ปัญญา)***

การพัฒนาการดำเนินชีวิต ต้องทำโดยสอดคล้องตรงกันกับความเป็นไปของสภาวะในธรรมชาติและผลที่เกิดขึ้นก็เป็นของจริงที่มีสภาวะตามธรรมชาตินั้น

ดังนั้น เมื่อศึกษาฝึกฝนพัฒนาการดำเนินชีวิต ๓ แดนนี้ไปแค่ไหน ก็มีองค์รวมการดำเนินชีวิตที่ดีขึ้นเท่านั้น ฝึกฝนพัฒนาอย่างไร ก็ได้องค์รวมที่ดีขึ้นอย่างนั้น หรือสิกขาไปแค่ไหน มรรคก็สมบูรณ์ขึ้นแค่นั้น ไตรสิกขาเป็นอย่างไร ก็ได้ มรรคองค์รวม[๑] อย่างนั้น

หลักการพื้นฐานเลยทีเดียว ซึ่งไม่ควรลืมย้ำไว้ด้วย คือ เรื่องปัจจัยชักนำเกื้อหนุนเข้าสู่องค์รวมการดำเนินชีวิตที่ดี เพื่อให้ระบบการพัฒนาชีวิตเดินหน้าได้ ที่เรียกว่า ***ปัจจัยแห่งสัมมาทิฏฐิ ๒*** อย่าง คือ

๑. ปัจจัยภายนอก หรือองค์ประกอบภายนอก ได้แก่ **ปรโตโฆสะ** (เสียงจากผู้อื่น หรืออิทธิพลจากภายนอก) เฉพาะอย่างยิ่ง **กัลยาณมิตร**

๒. ปัจจัยภายใน หรือองค์ประกอบภายใน ได้แก่ **โยนิโสมนสิการ** คือ การรู้จักมอง รู้จักคิด รู้จักพิจารณา ให้หาประโยชน์ได้ และให้ความจริง

สองอย่างนี้ ถือว่าเป็นปัจจัยพื้นฐานของการศึกษา หรือเป็นปัจจัยพื้นฐานของการพัฒนามนุษย์

---

[๑] การดำเนินชีวิตที่ดี หรือวิถีชีวิตที่ดี เรียกว่า มรรค ซึ่งเป็นองค์รวม ที่มีองค์ร่วม หรือองค์ประกอบ ๘ ประการ เรียกเต็มว่า (อริย) อัฏฐังคิกมรรค ดังนั้น องค์รวมการดำเนินชีวิตที่ดีจึงหมายถึง (อริย) อัฏฐังคิกมรรค นี้ ซึ่งเรียกสั้นๆ ว่า มรรค



ระบบตรวจสอบ และวัดผล

เมื่อมีปฏิบัติการแล้ว ก็ควรจะมีการตรวจสอบและวัดผลด้วย เรื่องการศึกษาพัฒนานี้ก็ทำนองนั้น

เมื่อฝึกศึกษาพัฒนาด้วย *สิกขา ๓* แล้ว ก็ตามมาด้วยหลักที่จะใช้วัดผล คือ จะดู *สุขภาวะ* ที่เป็นผลของการพัฒนา ด้วย *ภาวนา ๔*

ในตอนปฏิบัติการฝึกฝนพัฒนา มีสิกขา ๓ แต่ทำไมในตอนวัดผล มีภาวนา ๔ ไม่เท่ากัน

อย่างที่พูดแล้วว่า ปฏิบัติการของคนต้องสอดคล้องตรงตามความเป็นจริงของธรรมชาติ นี่คือระบบการพัฒนาการดำเนินชีวิต ที่เรียกว่า สิกขา ๓ (ไตรสิกขา) ซึ่งพัฒนาการดำเนินชีวิต ๓ แดน ตรงไปตรงมา

แต่ตอนวัดผล ไม่ต้องจัดให้ตรงกันแล้ว เพราะวัตถุประสงค์อยู่ที่จะมองดูผลที่เกิดขึ้นแล้ว ซึ่งมุ่งที่จะดูให้เห็นชัดเจน ตอนนี้ถ้าแยกละเอียดออกไป ก็จะยิ่งดี นี่แหละคือเหตุผลที่ว่าหลักวัดผลคือภาวนาขยายเป็น ๔

อย่างที่กล่าวแล้วว่า ภาวนา ๔ นี้ ใช้ในการวัดผลเพื่อดูว่าด้านต่างๆ ของการพัฒนาชีวิตของคนนั้น ได้รับการพัฒนาครบถ้วนหรือไม่ ดังนั้นเพื่อจะดูให้ชัด ท่านได้แยกบางส่วนละเอียดออกไปอีก

แต่ที่จริงก็ไม่ได้ยุ่งยากซับซ้อนอะไร ก็แค่แบ่งสิกขาข้อ ๑ **(ศีล)** ออกไปเป็นภาวนาข้อ ๑-๒ เท่านั้นเอง (แบ่งข้อ ๑ เป็น ๒ ข้อ)

แบ่งอย่างไร ? คือ สิกขาข้อ ๑ **(ศีล)** นั้นมี ๒ ส่วนอยู่แล้ว เมื่อจัดเป็นภาวนา จึงแยกเป็น ๒ ได้ทันที ดังนี้

ศีล ในไตรสิกขา ครอบคลุมความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม ทั้งทางวัตถุหรือทางกายภาพและทางสังคม รวมไว้ในข้อเดียวกัน

เมื่อจะจัดเป็นภาวนา ต้องการดูให้ชัดก็แบ่งออกเป็น ๒ ข้อ โดย

๑. ยกเอาความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมในโลกวัตถุ แยกออกไปเป็นข้อ ๑ *กายภาวนา*

๒. ส่วนความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางสังคม คือ เพื่อนมนุษย์ จัดเป็นข้อ ๒ *ศีลภาวนา*

ขอแทรกไว้เป็นข้อควรรู้ที่น่าสังเกตว่า สิขาที่มี ๓ นั้น เป็นปฏิบัติการที่สอดคล้องตรงตามความเป็นจริงของธรรมชาติอย่างไร

(ทำไมศีลในสิกขาจึงต้องเป็นข้อเดียว แยกไม่ได้ ตอนมาเป็นภาวนา แยกเป็น ๒ ได้)

บอกแล้วว่า **ศีล** เป็นเรื่องของความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม ซึ่งมี ๒ ด้าน คือ สิ่งแวดล้อมทางกายภายในโลกวัตถุ และสิ่งแวดล้อมทางสังคมที่เป็นมนุษย์ด้วยกัน



แม้ว่าสิ่งแวดล้อมจะมี ๒ ด้าน แต่มันก็คือสิ่งแวดล้อมนั่นแหละ ในเวลาที่เราสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมแต่ละครั้งแต่ละขณะจิตนั้น เราสัมพันธ์ได้ทีละสิ่งแวดล้อม

ดังนั้น ในกรณีหนึ่งๆ ศีลอาจจะเป็นความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมด้านที่ ๑ (กายภาพ) หรือความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมด้านที่ ๒ (สังคม) ก็ได้ แต่ต้องอย่างใดอย่างหนึ่ง

ด้วยเหตุนี้ ในระบบพัฒนาการดำเนินชีวิตของไตรสิกขา ที่มีองค์ร่วมทั้งสามแดนทำงานประสานเป็นอันเดียวกัน (แดนจิตใจ และแดนปัญญา ก็ทำงานพร้อมไปด้วย ในขณะที่กำลังสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมหนึ่งๆ) ศีล ไม่ว่าจะสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมด้านไหน จึงต้องรวมอยู่ด้วยกันเป็นข้อเดียว ทำให้สิกขามีเพียง ๓ คือ **ศีล สมาธิ ปัญญา**

ในส่วนภาวนาไม่มีเหตุบังคับอย่างนั้น แต่ต้องการความชัดเจน เพื่อประโยชน์ในการตรวจสอบ จะได้วัดผลดูจำเพาะให้จัดไปทีละอย่าง โดยแยกเป็น ในด้านกายภาวนา ก็ดูว่าความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางวัตถุ เช่น การบริโภคปัจจัย ๔ เป็นอย่างไร ในด้านศีลภาวนาก็ดูว่าสัมพันธ์กับเพื่อนมนุษย์เป็นย่างไร จึงแยกศีล ๒ ส่วนออกจากกันเป็นคนละข้อไปเลย

ทีนี้ก็มาดูหลักของระบบการตรวจสอบวัดผล ที่เรียกว่า ภาวนา ๔

"ภาวนา" (ในภาษาบาลี ให้ความหมายว่า ***"วฑฺฒนา"*** คือ วัฒนา นั่นเอง แปลว่าการทำให้เจริญ ทำให้เป็นทำให้มีขึ้น หรือฝึกอบรม แปลง่ายๆ ว่า การพัฒนา หรือการเจริญ

ภาวนา ๔ คือ การพัฒนา (development) ๔ ด้าน มีดังนี้

๑. กายภาวนา (การพัฒนากาย การพัฒนาความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ (physical development)

คือ การมีความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกายภายในทางที่เกื้อกูลและได้ผลดี โดยรู้จักอยู่ดีมีสุขอย่างเกื้อกูลกับธรรมชาติ และปฏิบัติต่อสิ่งทั้งหลายอย่างมีสติ มิให้เกิดโทษ แต่ให้เกื้อกูล เป็นคุณ โดยเฉพาะให้ *ก)* รู้จักใช้อินทรีย์ เช่น ตา หู ดู ฟัง เป็นต้น อย่างมีสติ ดูเป็นฟังเป็น ให้ได้ปัญญา และ *ข)* กินใช้ด้วยปัญญา เสพบริโภคปัจจัย ๔ และสิ่งของเครื่องใช้ตลอดจนเทคโนโลยีอย่างฉลาด ให้พอดี ที่จะได้ผลตรงเต็มตามคุณค่าที่แท้จริง ไม่ลุ่มหลงมัวเมาไม่ประมาทขาดสติ

๒. ศีลภาวนา (การพัฒนาศีล, การพัฒนาความสัมพันธ์ทางสังคม - moral development: social development)

คือ การมีความสัมพันธ์ที่เกื้อกูลกับสิ่งแวดล้อมทางสังคม มีพฤติกรรมดีงามในความสัมพันธ์กับเพื่อนมนุษย์ โดยตั้งอยู่ในวินัย อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ด้วยดี และมีอาชีวะสุจริต ไม่ใช้กายวาจาและอาชีพในทางที่เบียดเบียนหรือก่อความเดือดร้อนเสียหายเวรภัย แต่ใช้เป็นเครื่องพัฒนาชีวิตของตน และช่วยเหลือเกื้อกูลกัน สร้างสรรค์สังคม ส่งเสริมสันติสุข



๓. จิตภาวนา (การพัฒนาจิตใจ - emotional development; psychological development[๑])

คือ การทำจิตใจให้เจริญงอกงามขึ้นในคุณธรรม ความดีงาม ความเข้มแข็งมั่นคง และความเบิกบานผ่องใสสงบสุขสมบูรณ์ด้วยคุณภาพจิต คือ งอกงามด้วยคุณธรรม เช่น มีน้ำใจเมตตากรุณา เผื่อแผ่ เอื้ออารี มีมุทิตา มีศรัทธา มีความเคารพ อ่อนโยน ซื่อสัตย์ กตัญญู เป็นต้น สมบูรณ์ด้วยสมรรถภาพจิต คือ มีจิตใจเข้มแข็ง มั่นคง หมั่นขยัน เพียรพยายาม กล้าหาญ อดทน รับผิดชอบ มีสติ มีสมาธิ เป็นต้น และสมบูรณ์ด้วยสุขภาพจิต คือ มีจิตใจร่าเริง เบิกบาน สดชื่น เอิบอิ่ม โปร่งโล่ง ผ่องใส และสงบ เป็นสุข

๔. ปัญญาภาวนา (การพัฒนาปัญญา - cognitive development; mental development; intellectual development)

คือ การฝึกอบรมเจริญปัญญา เสริมสร้างความรู้ ความคิด ความเข้าใจ ให้รู้จัดคิด รู้จักพิจารณา รู้จักวินัย รู้จักปัญหา และรู้จักทำ ดำเนินการต่างๆ ด้วยปัญญาบริสุทธิ์ ซึ่งมองดูรู้เข้าใจเหตุปัจจัย มองเห็นสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริงหรือตามที่มันเป็น ปราศจากอคติและแรงจูงใจแอบแฝง เป็นผู้ที่กิเลสครอบงำบัญชาไม่ได้ ให้ปัญญาเจริญพัฒนาจนรู้เข้าใจหยั่งเห็นความจริง เป็นอยู่ด้วยปัญญารู้เท่าทัน เห็นแจ้งโลกและชีวิตตามสภาวะ ลุถึงความบริสุทธิ์ปลอดพ้นจากกิเลสสิ้นเชิง มีจิตใจเป็นอิสระสุขเกษมไร้ทุกข์

ก่อนจะผ่านไป ควรทราบไว้เป็นความรู้แถมว่า หลักภาวนา ๔ นี้ มักพบในรูปศัพท์ที่เป็นคำแสดงคุณสมบัติของบุคคล เป็น ภาวิต ๔ (แทนที่จะเป็น ภาวนา ๔ ซึ่งเป็นคำแสดงการกระทำ) สมกับที่เป็นเรื่องของการแสดงผลหรือวัดผล เช่น บรรยายว่าพระพุทธเจ้าทรงเป็นภาวิตทั้ง ๔ นั้น (ผู้เป็นภาวิตครบ ๔ ก็คือพระอรหันต์)

ภาวิต ๔ (ผู้ที่ได้ฝึกอบรม เจริญ หรือพัฒนาแล้ว โดยภาวนาทั้ง ๔)

๑. ***ภาวิตกาย*** (ผู้มีกายที่พัฒนาแล้ว = ***มีกายภาวนา***)

๒. ***ภาวิตศีล*** (ผู้มีศีลที่พัฒนาแล้ว = ***มีศีลภาวนา***)

๓. ***ภาวิตจิต*** (ผู้มีจิตที่พัฒนาแล้ว = ***มีจิตภาวนา***)

๔. ***ภาวิตปัญญา*** (ผู้มีปัญญาพัฒนาแล้ว = ***มีปัญญาภาวนา***)

---

[๑] ศัพท์ภาษาอังกฤษสำหรับ **จิตภาวนา** คือการพัฒนาจิตใจนี้ ใช้ emotional development เห็นว่าตรงและกระชับที่สุด ส่วน psychological development ดูจะยืดหยุ่นเกินไป ดังในสารานุกรมบริแทนนิกา แสดงความหมายกว้างครอบคลุมมาก (**psychological development,** the development of human beings' cognitive, emotional itellectual, and social capabilities and functioning over the course of the life span, from infancy through old age. - *Encyclopaedia Britannica 2005,* "psychological development") แต่ใน **World Book 2004,** "Adolescent" กล่าวถึงพัฒนาการ ๔ ด้านของเด็กวัยรุ่น โดยใช้คำแยกกันเป็น Physical development, Intellectual development, psychological development และ social development



ชีวิตแห่งความสุข เป็นอย่างไร

ความสุขเป็นเรื่องใหญ่ เหมือนว่าทุกคนจะถือเป็นจุดหมายของชีวิต และตามหลักที่พูดมา ความสุขก็เป็นลักษณะสำคัญด้านหนึ่งของสุขภาวะ จึงควรจะสรุปหลักการบางอย่างที่น่าสนใจเกี่ยวกับความสุขไว้

ตามปกติ หากยากที่จะได้ยินใครพูดว่าเขามีชีวิตที่มีความสุข แต่ทำไมพระพุทธเจ้าและพระอรหันต์ทั้งหลายจึงกล่าวออกมาอย่างชัดเจนเหมือนเป็นคำประกาศว่า **"สุสุขํ วต ชีวาม"** แปลว่า *"เรามีชีวิตเป็นสุขนักหนอ"* พระพุทธเจ้าถึงกับตรัสให้ผู้ที่ทรงสนทนาด้วยยอมรับว่าพระองค์ทรงมีความสุขยิ่งกว่าองค์พระราชามหากษัตริย์

เพื่อรวบรัด ขอพูดเรื่องความสุขรวมไว้ใน ๒ หัวข้อ ดังนี้

ก) วิธีปฏิบัติต่อความสุข

พระพุทธเจ้าตรัสแสดงวิธีปฏิบัติต่อความสุขไว้ ๔ ข้อ คือ ทรงแสดงหลักในการปฏิบัติต่อความทุกข์และความสุขว่า ความเพียรพยายามในการละทุกข์ลุสุข ที่จะชื่อว่าถูกต้อง สำเร็จผลก้าวหน้าไปในความสุข จนสามารถมีความสุขที่ไร้ทุกข์ได้ พึงดำเนินไปตามวิธีปฏิบัติ ๔ อย่าง (ม.อุ. ๑๔/๑๒/๑๓) คือ

๑. ไม่เอาทุกข์ทับถมตนที่มิได้ถูกทุกข์ท่วมทับ

๒. ไม่ละทิ้งความสุขที่ชอบธรรม

๓. ไม่สยบหมกมุ่น (แม้) ในความสุขที่ชอบธรรมนั้น

๔. เพียรพยายามทำเหตุแห่งทุกข์ให้หมดสิ้นไป

(โดยนัยคือ เพียรปฏิบัติเพื่อเข้าถึงความสุขที่ประณีตขึ้นไปจนถึงสูงสุด)

ข) ระดับและประเภทของความสุข

หลักในข้อก่อนสอนว่า มนุษย์จะต้องพัฒนาตนให้มีความสุขที่ประณีตสูงขึ้นไป จนถึงความสุขที่สูงสุด

ความสุขนั้นท่านกล่าวไว้หลายระดับหลายประเภท ในที่นี้จะแสดงโดยสรุป โดยตั้ง*สามิสสุข-นิรามิสสุข* เป็นหลัก ดังนี้

๑. สามิสสุข (บางทีเรียกง่ายๆ ว่า อามิสสุข หรือ กามสุข) คือ ความสุขจากวัตถุสิ่งเสพบริโภค หรือความสุขที่ต้องมีเหยื่อล่อ เรียกให้สั้นว่า **สุขจากเสพ** หรือ ***สุขขึ้นต่อตัณหา***

สามิสสุข เป็นความสุขที่พึ่งพา ขึ้นต่อสิ่งเสพภายนอก จึงเป็นความสุขที่ต้องหา ต้องได้ต้องเอา และถ้าไม่จัดการด้านวินัยให้อยู่ในศีล (หรือจะเรียกตามนิยมบัดนี้ว่า จริยธรรม) ก็จะเป็นความสุขแบบแกงแย่งช่วงชิงกัน ทำให้เกิดการเบียดเบียนกัน ตั้งแต่อย่างเบาจนถึงอย่างรุนแรงที่สุด เรียกว่าเป็นความสุขที่เจือด้วยภัยเวร



นอกจากนั้น ถ้ามัวประมาท ปล่อยปละละเลย ไม่ให้คนพัฒนาตนด้วยการศึกษาที่ตรงตามความหมาย ความสุขจากการเสพจะพ่วงเอาความสุขจากการไม่ต้องทำมาด้วย ซึ่งเป็นเหตุให้มนุษย์สูญเสียความอยากทำหรือความใฝ่ทำการ (คือฉันทะ) แล้วการจะทำก็กลายเป็นการต้องทำ คือ การกระทำกลายเป็นความทุกข์ แต่มนุษย์ไม่อาจเป็นอยู่ได้โดยไม่ต้องทำ (งาน) อะไรเลย ดังนั้น ในที่สุด ชีวิตของเขาจึงเต็มไปด้วยความทุกข์

พร้อมกันนั้นเอง เมื่อมุ่งหน้าวิ่งแล่นไปในการหาความสุข โดยไม่รู้ตัวและมัวประมาท อีกทั้งจะต้องแข่งขันแย่งชิงกันด้วย คนก็จะสุดโต่งไปข้างเดียว ในแง่ที่พัฒนาความสามารถในการหาสิ่งเสพให้เก่งที่สุด แต่ละเลยลืมนึกถึงการพัฒนาหรือแม้แต่การที่จะรักษาความสามารถที่จะมีความสุข ยิ่งอยู่ในโลกนานไป มนุษย์ยิ่งกลายเป็นสัตว์ที่มีความสุขได้ยากขึ้นๆ แต่มีความทุกข์ได้ง่ายขึ้นๆ พูดสั้นๆ ว่าเกิดภาวะ ทุกข์ง่าย สุขได้ยาก

โดยนัยนี้ ในโลกแห่งการแสวงหาความสุขที่เก่งกาจแคล่วคล่องยิ่งขึ้นๆ ของมนุษย์ การณ์จึงกลับกลายเป็นว่า ผลสัมฤทธิ์แห่งความสุขเพิ่มไม่ทันการแผ่ขยายของปัญหาแห่งความทุกข์

เพื่อแก้ปัญหาความเดือดร้อนจากการเบียดเบียนกันในโลก และทำให้มนุษย์เองมีความสุขสมหวังมากขึ้น มนุษย์จะต้องพัฒนาตัวขึ้นสู่ความสุขในระดับที่สูงขึ้นไป เริ่มตั้งแต่มีความสุขที่ประณีตกว่ามาดุลมากขึ้น

๒. นิรามิสสุข[๑] คือ ความสุขที่ไม่ขึ้นต่อวัตถุสิ่งเสพบริโภค หรือความสุขที่ไม่ต้องมีเหยื่อล่อเป็นความสุขภายในที่ไม่ต้องอาศัยวัตถุภายนอก ขอแบ่งซอยเป็น ๒ ระดับย่อย คือ

๒.๑ *สุขขั้นต่อนิรามิส* หมายถึง ความสุขในระดับของการสนองความต้องการในทางดีงามสร้างสรรค์ หรือความต้องการที่เป็นกุศล เรียกให้สั้นว่า สุขขั้นฉันทะ (ซึ่งอาจแสดงออกผ่านคุณธรรมอื่นๆ ได้หลายอย่าง) ขอรวบรัดโดยกล่าวแต่หัวข้อ

- สุขจากอยู่ใกล้ชิดชื่นชมธรรมชาติ
- สุขจากอยู่ร่วมสัมพันธ์ช่วยเหลือกันกับเพื่อนมนุษย์ด้วยเมตตาการุณย์
- สุขจากการค้นคว้าหาความรู้แสดงความจริงด้วยใจใฝ่รู้ใฝ่ธรรม
- สุขจากการทำงานหรือกิจกรรมสร้างสรรค์ที่ใจรักใฝ่ทำใฝ่สร้างสรรค์
- สุขจากภาวะจิตกุศล เช่น มีศรัทธา มีปีติในการได้ทำบุญ-บำเพ็ญประโยชน์ มีปัญญามองสิ่งทั้งหลายด้วยความรู้เข้าใจโปร่งโล่ง (ปัญญาส่งผลต่อจิต)

---

[๑] **นิรามิสสุข** ในความหมายที่เคร่งครัด ท่านหมายถึงความสุขที่แม้จะไม่อิงอามิส แต่ยังเป็นสุขเวทนา จึงไม่รวมถึง **นิพพานสุข** แต่ในการอธิบายแบบกว้างๆ คลุมๆ ท่านรวมสุขที่ไม่อิงอามิสหมดสิ้น คือรวมนิพพานด้วย ในที่นี้ใช้คำอธิบายแบบกว้างๆ



๒.๒ *สุขขั้นเป็นนิรามิส* หมายถึงความสุขในระดับที่เป็นนิรามิสแท้จริง เป็นอิสระจากสิ่งภายนอกสิ้นเชิง กล่าวแต่หัวข้อใหญ่

- สุขจากสมาธิในฌาน (จิตสงบปลอดพ้นจากอกุศลและสิ่งรบกวน)
- สุขแห่งนิพพาน (ปัญญารู้แจ้งจริงถึงขั้นทำให้จิตหลุดพ้นเป็นอิสระสมบูรณ์ มีวิชชาวิมุตติ วิสุทธิ สันติ พร้อม)

เรื่องความสุข ขอยุติแค่นี้ก่อน

ถ้าองค์รวมชีวิตมีสุขภาวะจริง องค์รวมโลกจะมีสันติสุขด้วย

มีหลักใหญ่ที่ยกมาเน้นเมื่อกี้ว่า **องค์รวมใหญ่ที่มนุษย์เราเกี่ยวข้อง** มีองค์ประกอบ ๓ ส่วน คือ **ชีวิต สังคม ธรรมชาติ** แล้วทั้งชุดนี้ก็มาเชื่อมกันที่ชีวิตคน

ขอย้ำอีกทีว่า คนหรือมนุษย์ทุกคนนี้มี ๒ ภาวะในตัว คือ

ภาวะหนึ่ง *มนุษย์เป็นชีวิต* ที่เป็นส่วนหนึ่งของธรรมชาติ และมันก็เป็นอันเดียวกับธรรมชาติทั่วไปทั้งหมด ตรงนี้ ถ้าเราจับจุดถูก เราก็ต้องพยายามทำตัวเราเป็นชีวิต ซึ่งเป็นธรรมชาตินี้ ให้ประสานกลมกลืนเกื้อกูลกับธรรมชาติทั่วไป

อีกภาวะหนึ่ง *มนุษย์เป็นบุคคล* ที่เป็นส่วนหนึ่งของสังคม ซึ่งจะต้องรู้เข้าใจและปฏิบัติให้ถูกต้องได้ผลดี ทั้งในแง่เป็นส่วนร่วมที่ดีของสังคม และในแง่ที่เท่าทันต่อการที่จะได้รับประโยชน์หรือผลจากสังคม

เมื่อเราเป็นทั้งชีวิตในธรรมชาติ และเป็นบุคคลในสังคมแล้ว ถ้าเราจะให้สังคมประสานกับธรรมชาติ เราก็ประสานได้ที่ตัวเรา คือต้องประสานบุคคลกับชีวิตให้ได้ โดยทำให้ชีวิตกับบุคคลในตัวเรานี้เกื้อกูลซึ่งกันและกัน

อันนี้เป็นจุดหนึ่งที่สำคัญ ซึ่งต้องพูดกันยาว คือทำอย่างไรจะให้ ***ชีวิตที่เป็นหน่วยธรรมชาติ*** กับ ***บุคคลที่เป็นหน่วยสังคม*** ซึ่งอยู่ในตัวเราทั้งสองอย่างหรือทั้งสองภาวะนี้ มาประสานเกื้อกูลกันได้ ถ้าเราประสานทำให้มันกลมกลืนกันลงตัวได้เมื่อไร เมื่อนั้นเราจะสามารถทำให้ทั้งองค์รวมทั้งระบบที่ว่ามาแล้ว กลมกลืนประสานกันได้หมด

ตอนนี้มันตรงข้าม คือเป็นปัญหาขัดแย้งกัน แม้แต่ในการกินอย่างที่ว่ากันมานั้น ก็เป็นเรื่องขัดแย้งกันระหว่างภาวะด้านบุคคล กับภาวะด้านชีวิต คือคนกินเพื่อสนองความต้องการของบุคคล เช่น มุ่งเอาความโก้หรู ไม่ได้กินเพื่อสนองความต้องการของชีวิต ที่จะให้ร่างกายได้อาหารที่มีคุณค่าแท้เป็นประโยชน์ แถมกินสนองความต้องการของภาวะด้านบุคคลแล้ว ยังบั่นรอนทำลายภาวะด้านชีวิตอีกด้วย



ขอให้ลองคิดดูเถอะ ปัญหาในสังคมพัฒนาแล้ว ที่ทำลายสุขภาวะมากมายนั้น ก็มาจากการที่คนเอาใจใส่แต่ภาวะด้านบุคคลของเขา และมองข้ามภาวะด้านชีวิตของตนไปเสีย ปล่อยให้เกิดความขัดแย้งระหว่างสองด้านนั้น โดยภาวะด้านชีวิตเป็นฝ่ายถูกบั่นรอนทำลาย จึงจะต้องแก้ปัญหานี้ด้วยการปฏิบัติตามระบบองค์รวมที่กล่าวมา

ถ้าแก้ไขปัญหาความขัดแย้งระหว่าง ๒ ภาวะนี้ที่ตัวตนได้เมื่อไร ก็จะผ่านรวดเดียวได้ หมดทั้งระบบ คือ ***มนุษย์ สังคม ธรรมชาติ*** จะมากลมกลืนเป็นอันเดียวและประสานกันได้

ท่านอธิบดี และทุกท่านในกระทรวงสาธารณสุข ตลอดจนวงการแพทย์ทั้งหมด ซึ่งทำงานเกี่ยวกับชีวิตมนุษย์ ก็จะนำชีวิตนั้นมาประสานกับบุคคลนี้แหละ อย่างน้อยให้บุคคลเห็นความสำคัญและใส่ใจต่อสุขภาวะของชีวิต แล้วจะทำให้ระบบขององค์รวมนี้เป็นอยู่และดำเนินไปด้วยดี ถือว่าทำกุศลที่ยิ่งใหญ่ อย่างน้อยก็จะทำให้ประเทศชาติของเรา ได้เจริญพัฒนาไปในหนทางที่ถูกต้อง ถ้าออกไปในโลก ก็จะช่วยกันนำโลกไปในทางที่ถูกต้องด้วย อย่างน้อยก็ไม่ไปซ้ำเติมปัญหาของตนเอง

เป็นอันว่าได้พูดไปเรื่อยๆ ก็ขอนุโมทนาท่านอธิบดีกรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก ท่าผู้ตรวจราชการ และคุณหมอชูฤทธิ์ เจ้าของเรื่อง พร้อมทั้งคุณหมอที่เป็นวิทยากร และท่านผู้ทรงคุณวุฒิจากกระทรวงสาธารณสุข จากโรงเรียน จากโรงพยาบาล และหน่วยงานทางสาธารณสุข ทางการแพทย์ทุกท่าน ถือว่าทุกท่านกำลังทำงานที่สำคัญมาก ทำงานอันเป็นพื้นฐานของสังคม ซึ่งเริ่มชีวิตของคนแต่ละคน ตามหลักที่ว่า ถ้าชีวิตไม่ดีแล้ว สังคมจะดีไม่ได้แน่ๆ

ก็ขอให้ทุกท่านซึ่งมีจิตใจเป็นกุศล ได้มีสุขภาวะเกิดขึ้นในตัวของท่าน แล้วขยายไปสู่เพื่อนมนุษย์อื่นด้วย เริ่มจากในสังคมไทยของเราแล้วก็ขยายทั่วไป ด้วยการเผยแพร่ปัญญาเป็นต้น ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญที่สื่อสารไปถึงกันและกัน แล้วก็ช่วยการพัฒนามนุษย์ให้สำเร็จ

ขอให้ความมุ่งหมายอันดีงามที่เป็นกุศลนี้ของทุกท่าน บรรลุผลสำเร็จด้วยดี และขอให้ทุกท่านเจริญด้วยจตุรพิธพรชัย ขอให้เพื่อนมนุษย์ชาวโลก ตั้งแต่ประเทศไทยของเรานี้ อยู่กันด้วยความร่มเย็นเป็นสุขทุกเมื่อ

ผู้ตรวจราชการ (นายแพทย์สถาพร วงษ์เจริญ) :

- กระผม ในนามของคณะที่ได้มารับฟังธรรมโอวาทจากท่านอาจารย์ พระพรหมคุณาภรณ์ ในวันนี้ ก็ต้องขอกราบขอบพระคุณที่ได้นำสิ่งที่ได้เป็นคุณเป็นประโยชน์แก่มนุษยชาติทั้งหมด ให้พวกเราเป็นแนวทางในการจะไปปฏิบัติให้เกิดประโยชน์กว้างขวางต่อไป พวกเราขอกราบขอบพระคุณเจ้าคุณอาจารย์ไว้ ณ โอกาสนี้ครับ

ผนวก ๑
การปฏิบัติต่อความสุข[๑]

ข้อที่ ๑ พระพุทธเจ้าตรัสว่า **ไม่ให้เอาทุกข์มาทับถมตนที่ไม่มีทุกข์** หมายความว่า เราอยู่ในโลก เราก็มีชีวิตอยู่ตามธรรมดาสังขาร สังขารมันก็ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตาตามธรรมดาของมัน เราดำเนินชีวิตให้ดีงามถูกต้อง แล้วทุกข์ตามธรรมชาติก็มีของมันไป อันนั้นเราไม่ไปเถียงมัน แต่เราไม่เพิ่ม เราไม่เอาทุกข์มาทับถมตัวเรา เราก็สบายไปขั้นหนึ่งแล้ว

ในทางตรงข้าม ถ้าเราปฏิบัติไม่ถูกต้อง ทุกข์ที่มันมีอยู่ในธรรมชาตินั้น มันก็เกิดเป็นทุกข์ในใจของเรา เราก็เอาทุกข์มาทับถมตัวเอง ดังจะเห็นว่าบางคนปฏิบัติไม่ถูกต้อง เที่ยวหาทุกข์มาใส่ตนมากมาย...

ทีนี้ ถ้าเราวางใจถูกต้อง อย่างน้อยเราก็รู้ว่า อ้อ นี่คือธรรมดาของโลก เราได้เห็นแล้วไง พระพุทธเจ้าตรัสไว้แล้วว่า เราอยู่ในโลก เราต้องเจอโลกธรรมนะ เราก็เจอจริงๆ แล้วเราก็รู้ว่า อ้อ นี่ความจริงมันเป็นย่างนี้เอง เราได้เห็น ได้รู้แล้ว เราจะได้เรียนรู้ไว้

พอบอกว่าเรียนรู้เท่านั้นแหละ มันก็กลายเป็นประสบการณ์สำหรับศึกษา เราก็เริ่มวางใจต่อมันได้ถูกต้อง ต่อจากนั้น ก็นึกสนุกกับมันว่า อ้อ ก็อย่างนี้แหละ อยู่ในโลกก็ได้เห็นความจริงแล้วว่ามันเป็นอย่างไร ทีนี้ก็ลองกับมันดู แล้วเราก็ตั้งหลักได้ สบายใจ อย่างนี้ก็เรียกว่าไม่เอาทุกข์มาทับถมในใจตัวเอง

อะไรต่างๆ นี่ โดยมากมันจะเกิดเป็นปัญหาก็เพราะเราไปรับกระทบ ถ้าเราไม่รับกระทบมันก็เป็นเพียงการเรียนรู้ บางทีเราทำให้ถูกต้องกว่านั้น ก็คือ คิดจะฝึกตนเอง พอเราทำใจว่าจะฝึกตนเอง เราจะมองทุกอย่างในแง่มุมใหม่ แม้แต่สิ่งที่ไม่ดีไม่น่าชอบใจ เราก็จะมองเป็นบททดสอบ

พอมองเป็นบททดสอบทีไร เราก็ได้ทุกที ไม่ว่าดีหรือร้ายเข้ามา ก็เป็นบททดสอบใจและทดสอบสติปัญญาความสามารถทั้งนั้น ก็ทำให้เราเข้มแข็งยิ่งขึ้น เพราะเราได้ฝึกฝน เราได้พัฒนาตัวเรา เลยกลายเป็นดีไปหมด

ถ้าโชค หรือโลกธรรมที่ดีมีมา เราก็สบาย เป็นสุข แล้วเราก็ใช้โชคนั้น เช่น ลาภ ยศ เป็นเครื่องมือเพิ่มความสุขให้แผ่ขยายออกไป คือใช้มันทำความดี ช่วยเหลือเกื้อกูลเพื่อนมนุษย์ ทำให้ความสุขขยายจากตัวเรา แผ่กว้างออกไปสู่ผู้คนมากมายในโลก

---

[๑] คัดตัดมาจาก หนังสือ **ความสุขที่สมบูรณ์** [ธรรมกถาของ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต) เมื่อวันที่ ๒๔ ก.ค. ๒๕๓๗] ฉบับพิมพ์ครั้งที่ ๗ - พฤศจิกายน ๒๕๕๐ (๓๑ หน้า)

ถ้าเคราะห์ หรือโลกธรรมที่ร้ายผ่านเข้ามา ก็ถือว่าเป็นโอกาสที่ตัวเราจะได้ฝึกฝนพัฒนา มันก็กลายเป็นบททดสอบ เป็นบทเรียน และเป็นเครื่องมือฝึกสติ ฝึกปัญญา ฝึกการแก้ปัญหา เป็นต้น ซึ่งจะทำให้เราพัฒนายิ่งขึ้นไป....

ข้อที่ ๒ ท่านว่า **ไม่ละทิ้งสุขที่ชอบธรรม** สุขที่ชอบธรรม คือสุขที่เราควรได้ควรมีตามเหตุปัจจัย มีหลายขั้นหลายระดับ เรามีสิทธิ์ที่จะได้รับความสุขเหล่านั้น แต่ให้เป็นไปโดยชอบธรรม เช่นถ้าเป็นความสุขทางวัตถุ ก็ไม่ให้เป็นความสุขที่เบียดเบียน ก่อความเดือดร้อนแก่ผู้อื่น แต่ควรจะเป็นความสุขที่เผื่อแผ่ ซึ่งช่วยให้เกิดความสุขขยายกว้างขวางออกไป

ถ้าสุขของเราเกิดขึ้นโดยตั้งอยู่บนความทุกข์ของผู้อื่น ก็ไม่ดี ไม่ชอบธรรม เพราะฉะนั้นจึงต้องให้เป็นความสุขที่ชอบธรรม เราสุข ผู้อื่นก็ไม่ทุกข์ ถ้าให้ดียิ่งกว่านั้น ก็ให้เป็นสุขด้วยกัน สุขนี้มีหลายแบบ หรือหลายระดับ คือ

๑. **สุขแบบแย่งกัน**

๒. **สุขแบบไปด้วยกัน หรือสุขแบบประสานกัน**

๓. **สุขแบบอิสระ**

สุขแบบแย่งกันก็คือ ถ้าเขาสุขเราก็ทุกข์ ถ้าเราสุขเขาก็ทุกข์ โดยมากจะเป็นความสุขประเภทที่เกี่ยวกับวัตถุ ความสุขที่เกี่ยวกับวัตถุนั้นต้องได้ต้องเอา พอเราได้มาเราสุข คนอื่นเสียหรือไม่ได้ เขาก็เกิดความทุกข์ แต่พอเขาได้เราเสียเราไม่ได้ เขาสุขเราก็ทุกข์ ความสุขอย่างนี้ไม่เอื้อต่อกัน ยังก่อปัญหา....

ความสุขขั้นที่สอง คือ**ความสุขที่ประสานกัน** ช่วยกันสุข ถ้าเราสุขก็ทำให้เขาสุขด้วย นี่ก็คือความสุขที่เกิดจากการพัฒนาจิตใจ โดยเฉพาะก็คือ ความรักแท้...ที่ต้องการให้คนอื่นเป็นสุข...

ความรักแท้ที่ต้องการให้คนอื่นเป็นสุข จะเห็นได้ง่ายๆ เหมือนความรักของพ่อแม่ พ่อแม่รักลูก ก็คืออยากให้ลูกเป็นสุข ถ้าเราอยากให้ลูกเป็นสุข พอเห็นลูกมีความสุข พ่อแม่ก็มีความสุขด้วย....

ตามปกติคนเรานี้ จะต้องได้ต้องเอา จึงจะเป็นสุข ถ้าให้ ต้องเสีย ก็ทุกข์ แต่พอมีความรัก คือเมตตาขึ้นแล้ว การให้ก็กลายเป็นความสุขได้

ทีนี้ พอเราให้ เขาเป็นสุข เราเห็นเขาเป็นสุขสมใจเรา เราก็สุขด้วย แสดงความสุขของบุคคลทั้งสองนี้ อาศัยซึ่งกันและกัน เป็นความสุขแบบประสาน คือ ร่วมกันสุข หรือสุขด้วยกัน ไม่ใช่ความสุขแบบแย่งกัน

ถ้าเราพัฒนาจิตใจอย่างนี้ โดยขยายความรักความเมตตาออกไป เราก็สามารถมีความสุขเพิ่มขึ้น โดยที่คนอื่นก็มีความสุขด้วย อย่างนี้ก็เป็นความสุขที่ประกอบด้วยธรรม ถ้าความสุขอย่างนี้เกิดขึ้นมาก ก็ทำให้โลกนี้มีสันติสุข เริ่มตั้งแต่ในครอบครัวเป็นต้นไป...

เป็นอันว่าในขั้นต้น มนุษย์เรามีความสุขจากการได้การเอา จึงแย่งความสุขกัน แต่เมื่อพัฒนาไปพอถึงขั้นที่ ๒ จิตใจมีคุณธรรม เช่น มีเมตตา มีไมตรี มีศรัทธา การให้กลายเป็นความสุข ก็เกิดความสุขจากการให้ จึงเปลี่ยนเป็นความสุขที่ประสานส่งเสริมอุดหนุนซึ่งกันและกัน

มนุษย์เราก็พัฒนาต่อไปในเรื่องความสุข แล้วก็ทำให้ทั้งชีวิตและทั้งโลกนี้มีความสุขมากขึ้นด้วย แต่รวมความก็คือว่า เราต้องพยายามทำตัวให้มีความสุขโดยถูกต้อง ถ้าทำได้อย่างนี้ก็เป็นการมีคามสุขโดยชอบธรรม

ข้อ ๓ **ไม่สยบมัวเมาในความสุขแม้ที่ประณีต** พระพุทธเจ้าตรัสว่า ถ้าเป็นความสุขโดยชอบธรรมแล้ว เรามีสิทธิ์เสวย ไม่ต้องไปสละละทิ้ง แต่ท่านสอนไม่ให้หยุดแค่นี้ เพราะถ้าเราปฏิบัติผิด พอเรามีความสุขแล้ว เราก็อาจจะพลาด

จุดที่จะพลาดอยู่ตรงนี้ คือ เรามีสิทธิ์ที่จะสุข และเราก็สุขแล้ว แต่เราเกิดไปหลงเพลิดเพลินมัวเมา พอเราหลงเพลินมัวเมา ความสุขนั้นก็กลับกลายเป็นปัจจัยของความทุกข์ได้ พอถึงตอนนี้ก็จะเสีย เพราะฉะนั้นความสุขนั้นเราจะต้องรู้ทันด้วย

ความสุขก็เป็นโลกธรรมอย่างหนึ่ง คือ มันเกิดขึ้นแล้ว ก็ตั้งอยู่ และดับไป เป็นอนิจจังเปลี่ยนแปลงไปได้ ถ้าเรารู้ทันความจริงนี้ เมื่อสุข เราก็เสวยสุขนั้นโดยชอบธรรม แต่เราไม่หลงมัวเมาในความสุขนั้น

เมื่อรู้เท่ากัน ไม่หลงมัวเมาแล้วมันก็ไม่เป็นปัจจัยให้เกิดทุกข์ แต่ถ้าหลงมัวเมา สุขก็เป็นปัจจัยแก่ทุกข์ อย่างน้อยก็ทำให้ติด แล้วก็เพลิดเพลิน หลงมัวเมา ไม่ทำอะไร ทำให้เกิดความประมาท...

ข้อ ๔ **พัฒนาความสุขที่ประณีต และสูงยิ่งๆ ขึ้นไป**

ความสุขมีหลายระดับ อย่างที่ยกมาพูดเมื่อกี้ เริ่มต้นเรามีความสุขจากการเสพวัตถุ คือสิ่งที่จะมาบำรุงตา หู จมูก ลิ้น กายของเรา ให้ได้ดู ฟัง ดมกลิ่น ลิ้มรสที่ชื่นชมชอบใจ พวกนี้เป็นความสุขทางประสาทสัมผัสเบื้องต้น

เมื่อพัฒนาต่อไป เราก็มีความสุขเพิ่มขึ้นอีก อย่างที่ว่าเมื่อกี้ คือความสุขจากคุณธรรม ตอนแรกเรามีความสุขจากการได้การเอาอย่างเดียว เป็นความสุขขั้นต้น ยังแคบอยู่ พอเรามีคุณธรรมเพิ่มขึ้น เราก็มีความสุขจากการให้ด้วย

เมื่อมีศรัทธา เราก็มีความสุขจากการทำบุญทำกุศล เมื่อทำบุญทำกุศลไปแล้ว ระลึกขึ้นมาเมื่อไรก็มีความปีติอิ่มใจ มีความสุขจากการได้ทำประโยชน์แก่เพื่อนมนุษย์ ได้ช่วยเหลือสังคม และได้ทำความดีงามต่างๆ

ถ้าเราไม่ประมาท คือไม่หยุดเสียแค่ความสุขขั้นต้น เราจะสามารถพัฒนาในความสุข ทำความสุขให้เกิดขึ้นได้อีกมากมาย



ต่อจากนี้ ความสุขก็ขยายออกไปอีก เลยจากความสุขในการทำความดี ก็ไปสู่ความสุขที่เกิดจากปัญญา

ความสุขที่เกิดจากปัญญา ก็คือความรู้เท่าทันสังขาร รู้โลกและชีวิตตามเป็นจริง รู้เท่าทันอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา...

สิ่งทั้งหลายที่เป็น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา มีความเปลี่ยนแปลงเป็นไปต่างๆ มันก็ต้องเป็นอย่างนั้นเป็นธรรมดา เพราะมันอยู่ในกฎธรรมชาติอย่างนั้น ไม่มีใครไปแก้ไขได้

แต่ที่มันเป็นปัญหาก็เพราะว่า ในเวลาที่มันแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไปตามกฎธรรมชาตินั้นมันพลอยมาเบียดเบียนจิตใจของเราด้วย เพราะอะไร เพราะเรายื่นแหย่ใจของเราเข้าไปใต้อิทธิพลของความผันผวนปรวนแปรของธรรมชาตินั้นด้วย ดังนั้น เมื่อสิ่งเหล่านั้นปรวนแปรไปอย่างไรใจของเราก็พลอยปรวนแปรไปอย่างนั้นด้วย เมื่อมันมีอันเป็นไป ใจของเราก็ถูกบีบคั้นไม่สบาย

แต่พอเรารู้เท่ากันถึงธรรมชาติแล้ว กฎธรรมชาติก็เป็นกฎธรรมชาติ สิ่งทั้งหลายที่เป็นธรรมชาติ ก็เป็นไปตามกฎธรรมชาติ ทำไมเราต้องเอาใจของเราไปให้กฎธรรมชาติบีบคั้นด้วย เราก็วางใจของเราได้ ความทุกข์ที่มีในธรรมชาติ ก็เป็นของธรรมชาติไป ใจของเราไม่ต้องเป็นทุกข์ไปด้วย

ตอนนี้แหละที่ท่านเรียกว่าจิตใจเป็นอิสระจนกระทั่งว่า แม้แต่ทุกข์ที่มีกฎของธรรมชาติก็ไม่สามารถเบียดเบียนบีบคั้นใจเราได้ เป็นอิสรภาพแท้จริง ที่ท่านเรียกว่า **วิมุตติ**

เมื่อพัฒนามาถึงขั้นนี้ เราก็จะแยกได้ระหว่างการปฏิบัติต่อสิ่งทั้งหลายภายนอก กับการเป็นอยู่ของชีวิตจิตใจภายในของเรา

กล่าวคือ สำหรับสิ่งทั้งหลายภายนอก ก็ยกให้เป็นภาระของปัญญา ที่จะศึกษาและกระทำไปให้ทันกันถึงกันกับกระบวนการแห่งเหตุปัจจัยของธรรมชาติให้ได้ผลดีที่สุด ส่วนภายในจิตใจก็คงอยู่เป็นอิสระ พร้อมด้วยความสุข

ความสุขจากความเป็นอิสระถึงวิมุตติ ที่มีปัญญารู้เท่าทันพร้อมอยู่นี้ เป็นความสุขที่สำคัญ

พอถึงสุขขั้นนี้แล้ว เราก็ไม่ต้องไปพึ่งอาศัยสิ่งอื่นอีกต่อไป ไม่ว่าจะเป็นรูปธรรมหรือนามธรรม มันจะกลายเป็นความสุขที่เต็มอยู่ในใจของเราเลย และเป็นสุขที่มีประจำอยู่ตลอดทุกเวลาเป็นปัจจุบัน...

ผนวก ๒
องค์ประกอบหลัก
ในการประเมินสุขภาพแนวพุทธ[๑]

ข้อตกลงเพื่อความเข้าใจเบื้องต้น

๑. **ไตรสิกขา** เป็นกระบวนการพัฒนาคน / **ภาวนา ๔** เป็นการวัดผล

๒. **ภาวนา ๔** ที่แยกเป็นข้อๆ โดยแต่ละข้อมีองค์ประกอบหลัก และองค์ประกอบย่อยออกไปนั้นมุ่งเพื่อความสะดวกในการวัดผล จะได้ตรวจดูให้ละเอียดให้ชัดว่ามีกี่แง่ กี่ด้าน และครบถ้วนหรือไม่ เท่านั้น ส่วนการให้น้ำหนักก็แล้วแต่วัตถุประสงค์ในการวัดว่าต้องการเน้นที่กลุ่มไหน หรือต้องการเน้นด้านใดเป็นพิเศษ

๓. ในความเป็นจริง องค์ประกอบหลักทั้ง ๔ จะทำงานสัมพันธ์กันอาศัยกัน และส่งผลต่อกัน ไม่สามารถแยกขาดจากกันได้

๔. ทัศนคติที่ถูกต้องต่อทุกองค์ประกอบ คือ ไม่ยึดติด แต่ตั้งมั่น และให้เป็นไปเพื่อเกื้อกูลต่อชีวิตที่ดีงาม เพื่อการพัฒนาสร้างสรรค์ตนเอง สังคม และสิ่งแวดล้อม

---

[๑] **แผนภาพ**ในภาคผนวกนี้ จัดทำโดย **พระครรชิต คุณวโร** ตามแนวคิดและรายละเอียดที่ **พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต)** ได้อธิบายไว้เมื่อวันที่ ๗ มิถุนายน ๒๕๔๖



- **กายภาวนา**
  - **สิ่งแวดล้อม**
    - อยู่ใกล้ชิด ประสานสอดคล้อง ไม่เบียดเบียนธรรมชาติ
    - เห็นคุณค่า ดูแลรักษา ซาบซึ้ง มีความสุขในการได้อยู่กับธรรมชาติ
    - มีทัศนคติที่ดีต่อธรรมชาติ อยากรักษาไว้ให้อนุชนรุ่นหลัง
  - **ปัจจัย ๔ อุปกรณ์และเทคโนโลยี (การเสพ บริโภค ใช้สอย)**
    - เสพ บริโภค ใช้สอย อย่างไม่ลุ่มหลงมัวเมาไม่ติดอยู่ในคุณค่าเทียม[๑]
    - เสพ บริโภค ใช้สอย ด้วยปัญญา เพื่อคุณค่าแท้[๒]
    - เสพ บริโภค ใช้สอย อย่างเป็นปัจจัย เพื่อการพัฒนาและสร้างสรรค์[๓]
  - **การใช้อินทรีย์[๔]**
    - ใช้ (ตา หู เป็นต้น) อย่างมีสติ มุ่งให้ได้ความรู้และคุณค่าที่ดีงาม
    - ไม่เห็นแก่สนุกสนานบันเทิง ลุ่มหลงมัวเมา เอาแต่ความเพลิดเพลิน
    - รู้จักเลือกเฟ้น
  - **สุขภาพร่างกาย**
    - สุขภาพทั่วไป ความแข็งแรง ความสามารถในการทำงาน
    - การดูแล เอาใจใส่สุขภาพร่างกาย ความสะอาด
    - ทัศนคติต่อการมีสุขภาพร่างกายแข็งแรง เพื่อเป็นเครื่องเกื้อหนุนชีวิตที่ดีงาม[๕]

---

[๑] ไม่ลุ่มหลงมัวเมา ไม่ติดอยู่ในคุณค่าเทียม / ไม่ใช้เพียงเพื่อเสพ ปรนเปรอ สนุกสนาน มัวเมา ไม่ต้องทำอะไร

[๒] ใช้ด้วยปัญญาเพื่อคุณค่าที่แท้ให้เกิดความพอดี / รู้จักเลือกใช้อย่างรู้คุณค่า เกิดคุณค่า พอเหมาะ ดูแลรักษา

[๓] ใช้อย่างเป็นปัจจัยเพื่อการพัฒนาและสร้างสรรค์ / ใช้เพื่อแสวงหาและพัฒนาความรู้ความสามารถในการสร้างสรรค์ / ทัศนคติต่อปัจจัย ๔ อุปกรณ์ และเทคโนโลยี เป็นปัจจัยเพื่อการพัฒนา

[๔] เน้นที่ ตา หู (และลิ้น) เป็นสำคัญ เพราะมีบทบาทในชีวิตมาก

[๕] ทัศนคติต่อการมีสุขภาพร่างกายแข็งแรง เพื่อเป็นเครื่องเกื้อหนุนชีวิตที่ดีงาม (พรหมจริยานุคคหายะ)

- **ศีลภาวนา**
  - **ปฏิสัมพันธ์**[๑]
    - ไม่เบียดเบียน ก่อความเดือดร้อนต่อผู้อื่น
    - รู้จักสงเคราะห์ เกื้อหนุน เอาใจใส่ ทำให้เกิดไมตรี และความสามัคคี
    - รู้จักสื่อสาร เพื่อชักจูง และชักนำในการพัฒนา และสร้างสรรค์ยิ่งขึ้นไป
  - **อาชีพ**
    - ไม่เบียดเบียนผู้อื่น ไม่ก่อความเสื่อมเสียแก่สังคม ไม่ทุจริตผิดกฎหมาย
    - สุจริต สร้างสรรค์ ดีงาม เกื้อกูล แก้ไขปัญหา พัฒนาตนเอง สังคม สิ่งแวดล้อม
    - **ทรัพย์สิน**
      - การใช้
        - เลี้ยงตนและคนที่เกี่ยวข้องให้เป็นสุข
        - สงเคราะห์ เผื่อแผ่แบ่งปัน
        - ทำสิ่งที่ดีงาม เป็นบุญ
      - การเก็บออมเป็นทุน
      - คุณค่าทางจิตปัญญา
        - ไม่ลุ่มหลงมัวเมา รู้เท่าทัน เป็นอิสระ
        - ใช้พัฒนาจิตปัญญายิ่งๆ ขึ้นไป
    - **ทัศนคติต่ออาชีพ**
      - เพื่อได้ผลตอบแทนเป็นปัจจัยยังชีพ
      - เป็นเครื่องมือฝึกฝนพัฒนาตนเอง
      - ใช้แก้ปัญหา พัฒนาสังคม สิ่งแวดล้อม
  - **วินัย**
    - ความเคารพ รักษากฎเกณฑ์ กติกา สิกขาบท ระเบียบ จรรยาบรรณ กฎหมาย[๒]
    - รู้จักใช้วินัยในการดำรงชีวิต
      - จัดวัตถุสิ่งของ
      - จัดแบ่งเวลา
      - จัดสภาพแวดล้อม
      - การจัดระเบียบในการอยู่ร่วมกัน

---

[๑] **ปฏิสัมพันธ์แยกตามกลุ่มบุคคล**
ครอบครัว ญาติมิตร และบุคคลใกล้ชิด
บุคคลในสถานศึกษา ที่ทำงาน ลูกค้า
เพื่อนมนุษย์ ต่างชาติ ต่างศาสนา และสัตว์ร่วมโลก

[๒] **ด้านทัศนคติ** คือ เห็นความสำคัญในสิ่งนี้

[๓] **เชิงปฏิบัติการ** คือ ปฏิบัติตาม และจัดให้ดียิ่งขึ้น



- **จิตตภาวนา**
  - **คุณภาพ**
    - ศรัทธา - ความเชื่อที่ประกอบด้วยปัญญา[๑] เชื่อมั่นในการทำคุณความดี[๒]
    - พรหมวิหาร ๔
    - ความเคารพ อ่อนน้อม สุภาพ อ่อนโยน
    - กตัญญูกตเวที
    - จิตใจกว้างขวาง เสียสละ โอบอ้อมอารี
    - หิริโอตตัปปะ
  - **สมรรถภาพ**
    - มีฉันทะ เพียรพยายาม บากบั่น อดทน (ตั้งรับ/เดินหน้า) รับผิดชอบ เข้มแข็ง มีกำลังใจเด็ดเดี่ยว
    - มีสติคุมไม่ให้เลื่อนลอย ไม่เถลไถล คุมให้อยู่ในทาง ไม่ถลำไปในทางเสื่อม ไม่ทิ้งโอกาสที่จะสร้างสรรค์
    - มีสมาธิ สงบ ตั้งมั่น ไม่วอกแวกหวั่นไหว ใสกระจ่าง ราบเรียบ มีพลัง นุ่มนวลควรแก่งาน
  - **สุขภาพจิต**
    - ร่าเริงเบิกบาน สดชื่น แจ่มใส อิ่มใจ ผ่อนคลาย ตั้งมั่น โปร่งโล่ง ไร้พรมแดน
    - ระดับความสุข
      - สุขจากการได้และเสพวัตถุ
      - สุขจากธรรมชาติ
      - สุขจากการได้ทำสิ่งสร้างสรรค์
      - สุขจากจิตใจเป็นบุญกุศล
      - สุขจากจิตที่สงบเป็นสมาธิ จนถึงระดับฌาน
      - สุขจากมีปัญญารู้เท่าทันตาม เป็นจริงและมีจิตใจเป็นอิสระ
    - ท่าทีต่อความสุข
      - ไม่เอาทุกข์ทับถมตน
      - ไม่ละทิ้งสุขที่ชอบธรรม
      - ไม่สยบมัวเมาในความสุข แม้ที่ประณีต
      - พัฒนาความสุขที่ประณีต และสูงยิ่งๆ ขึ้นไป

---

[๑] **คุณภาพของความเชื่อ** - ยิ่งมีความรู้ ความเข้าใจในสิ่งที่เชื่อตรงตามความเป็นจริง ตามเหตุปัจจัยเท่าไร ยิ่งเป็นความเชื่อที่มีคุณภาพเท่านั้น

[๒] **สิ่งที่เชื่อ**

- **ปัญญาภาวนา**
  - **การปฏิบัติต่อความรู้**
    - การมี / ทรงความรู้ (เช่น รู้วิชาชีพการงานที่เป็นหน้าที่ของตน)
    - การแสวงหาความรู้เพิ่มเติม
    - การใช้ความรู้ (การเอาความรู้นั้นมาใช้ได้) คิดเป็น - แก้ปัญหาเป็น - ดับทุกข์เป็น
  - **ระดับความรู้**
    - **สุตะ**[๑] (รู้ข้อมูลข่าวสาร - รู้อาการปรากฏอย่างผิวเผิน หรือรู้อะไร) : ความรู้ที่เกี่ยวข้องต้องใช้ในการดำเนินชีวิตและกิจการงานทั้งหลาย
    - **ทิฏฐิ** (รู้หยั่ง - หยั่งเข้าไปในความจริง หรืออยู่อย่างไร) : ความรู้เข้าใจที่หยั่งลงไปในความเป็นจริงของสิ่งทั้งหลายด้วยท่าทีของการมองตามเหตุปัจจัย
    - **ญาณทัสสนะ** (รู้แจ้ง รู้อย่างถึงความจริง) : ความรู้เข้าใจความจริงของสิ่งทั้งหลายส่งผลให้จิตใจหลุดพ้นเป็นอิสระ

---

๑ ข้อมูลข่าวสาร หรือความรู้ที่ได้สดับ รับฟัง ถ่ายทอดมา เช่น จากบุคคล หนังสือ และสื่ออื่นๆ เป็นขั้นของการรู้โดยการสื่อสาร และคิดตามสมมติบัญญัติที่ตั้งกันขึ้นมา

ภาคผนวก

- กำหนดการพระราชทานเพลิงศพ
- รายนามพระสงฆ์ทรงสมณศักดิ์ พิจารณาผ้าไตรพระราชทาน
- รายนามเจ้าภาพอุปถัมภ์ งานพระราชทานเพลิงศพ

กำหนดการพระราชทานเพลิงศพ
พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์ (เจริญ ปภสฺสโร)
อดีตเจ้าอาวาสวัดดอกไม้
ณ เมรุพิเศษวัดดอกไม้

ถนนพระราม ๓ แขวงบางโพงพาง เขตยานนาวา กรุงเทพมหานคร

วันที่ ๖ - ๘ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๕๒

วันศุกร์ที่ ๖ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๕๒ (ตรงกับขึ้น ๑๑ ค่ำ เดือน ๔)

เวลา ๐๗.๓๐ น. ถวายภัตตาหาร แด่พระสงฆ์วัดดอกไม้
เวลา ๑๐.๓๐ น. ถวายภัตตาหาร แด่พระสงฆ์วัดดอกไม้
เวลา ๑๕.๐๐ น. เคลื่อนศพ จากศาลาการเปรียญขึ้นตั้งบนเมรุพิเศษ
เวลา ๑๗.๐๐ น. พระสงฆ์สมณศักดิ์ ๑๐ รูป สวดธรรมนิยาม
เวลา ๑๙.๐๐ น. มีพระธรรมเทศนา ๑ กัณฑ์
เวลา ๑๙.๓๐ น. พระสงฆ์สวดพระอภิธรรม

วันเสาร์ที่ ๗ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๕๒ (ตรงกับขึ้น ๑๒ ค่ำ เดือน ๔)

เวลา ๐๗.๓๐ น. ถวายภัตตาหาร แด่พระสงฆ์วัดดอกไม้
เวลา ๑๐.๓๐ น. พระราชาคณะ ๑๐ รูป สวดพระพุทธมนต์
เวลา ๑๑.๐๐ น. ถวายภัตตาหารเพล แด่พระสงฆ์ ๑๐๐ รูป
เวลา ๑๒.๐๐ น. พระสงฆ์สมณศักดิ์ ๑๐๐ รูป รับทักษิณานุปทาน
เวลา ๑๓.๐๐ น. พระราชาคณะแสดงพระธรรมเทศนาศราทธพรต
พระราชาคณะ ๑๐ รูป สวดศราทธพรตคาถา
เวลา ๑๗.๐๐ น. พิธีพระราชทานเพลิง โดย **เจ้าประคุณสมเด็จพระพุฒาจารย์** (เกี่ยว อุปเสณมหาเถร ป.ธ. ๙) เจ้าอาวาสวัดสระเกศ, เจ้าคณะใหญ่หนตะวันออก, กรรมการมหาเถรสมาคม, ประธานคณะผู้ปฏิบัติหน้าที่สมเด็จพระสังฆราช ประธานพิธี
เวลา ๒๒.๐๐ น. ทำพิธีสุมเพลิง

วันอาทิตย์ที่ ๘ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๕๒ (ตรงกับขึ้น ๑๓ ค่ำ เดือน ๔)

เวลา ๐๗.๐๐ น. ทำพิธีสามหาบ เก็บอัฐิ นิมนต์พระสงฆ์สมณศักดิ์ ๓ รูป
เวลา ๑๐.๓๐ น. พระสงฆ์สมณศักดิ์ ๑๐ รูป เจริญพระพุทธมนต์ฉลองอัฐิ
เวลา ๑๑.๐๐ น. ถวายภัตตาหารเพลแด่พระสงฆ์

รายนาม
พระสงฆ์ทรงสมณศักดิ์พิจารณาผ้าไตรพระราชทาน
งานพระราชทานเพลิงศพ
พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์ (เจริญ ปภสฺสโร)
อดีตเจ้าอาวาสวัดดอกไม้

ผ้าไตรพระราชทาน พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ

๑. **พระพรหมสุธี**	กรรมการมหาเถรสมาคม เจ้าคณะภาค ๑๒ ผู้ช่วยเจ้าอาวาสพระอารามหลวง วัดสระเกศราชวรมหาวิหาร รักษาการเจ้าอาวาสวัดโสธรวราราม
๒. **พระธรรมรัตนดิลก**	รองเจ้าคณะภาค ๔ ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดสุทัศนเทพวราราม
๓. **พระธรรมโกศาจารย์**	เจ้าคณะภาค ๒ เจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาส อธิการบดีมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๔. **พระธรรมสุธี**	เจ้าคณะกรุงเทพมหานคร อธิบดีสงฆ์วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ นายกสภามหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๕. **พระธรรมธีรราชมหามุนี**	เจ้าคณะภาค ๑๑ เจ้าอาวาสวัดระฆังโฆสิตาราม

ผ้าไตรพระราชทาน สมเด็จพระบรมโอรสาธิราชฯ สยามมกุฎราชกุมาร

๑. **พระเทพรัตนสุธี**	รองเจ้าคณะภาค ๗ เจ้าอาวาสวัดปทุมคงคา
๒. **พระเทพวิริยาภรณ์**	เจ้าคณะเขตบางรัก เจ้าอาวาสวัดหัวลำโพง
๓. **พระราชวชิราภรณ์**	รองเจ้าคณะภาค ๑๕ ผู้ช่วยเจ้าอาวาสพระอารามหลวง วัดพระเชตุพนวิมลมังคลาราม
๔. **พระราชรัตนสุธี**	เลขานุการเจ้าคณะใหญ่หนกลาง ผู้ช่วยเจ้าอาวาสพระอารามหลวง วัดชนะสงคราม
๕. **พระพิศาลกิจจาภรณ์**	ผู้ช่วยเจ้าอาวาสพระอารามหลวง วัดชนะสงคราม



รายนามผู้รับเป็นเจ้าภาพ

ถวายปัจจัยแด่พระสงฆ์ทรงสมณศักดิ์สวดธัมมะนิยามะสุตตัง

วันศุกร์ที่ ๖ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๕๒ เวลา ๑๗.๐๐ น.

จำนวน ๑๐ รูป ถวายรูปละ ๓,๐๐๐ บาท

๑. ร.ต.ต. หญิง อินทิรา เสนะเปรม
๒. คุณประทุม เหมวันต์
๓. คุณโย - คุณลั่นทม คุ้มญาติ
๔. คุณเกษร หนูสกุล
๕. ลูกหลานคุณพ่อมนัส (เก๊า) - คุณแม่เล็ก ศรีนุรัตน์
๖. พ.อ.พิเศษหญิง เรือนสยาม จันทร์พุ่ม
๗. คุณเนตรยา เมืองวัฒนะ
๘. คุณทวีวัฒนา วิเชียรทอง
๙. คุณจุมินทร์-คุณวาสนา วัฒกวณิชย์
๑๐. อาจารย์บุญรอด ยิ้มเจริญ

รายนามผู้รับเป็นเจ้าภาพ

ถวายปัจจัยแด่พระสงฆ์ทรงสมณศักดิ์แสดงพระธรรมเทศนา

วันศุกร์ที่ ๖ มีนาคม พ.ศ.๒๕๕๒ เวลา ๑๙.๐๐ น.

จำนวน ๑ รูป ถวายรูปละ ๑๐,๐๐๐ บาท

และถวายปัจจัยแด่พระสงฆ์สวดพระพุทธมนต์ จำนวน ๔ รูป

คุณประทุม เหมวันต์

รายนามผู้รับเป็นเจ้าภาพ

ถวายปัจจัยแด่ประธานฝ่ายสงฆ์ในพิธีสวดพระพุทธมนต์

วันศุกร์ที่ ๖ มีนาคม พ.ศ.๒๕๕๒ เวลา ๑๙.๓๐ น.

จำนวน ๑ รูป ถวายรูปละ ๑๐,๐๐๐ บาท

คุณบุญช่วย อร่ามดวง



รายนามผู้รับเป็นเจ้าภาพ

ถวายปัจจัยแด่พระสงฆ์ทรงสมณศักดิ์สวดพระพุทธมนต์
วันเสาร์ที่ ๗ มีนาคม พ.ศ.๒๕๕๒ เวลา ๑๐.๓๐ น.
จำนวน ๑๐ รูป ถวายรูปละ ๕,๐๐๐ บาท

๑.	ฯพณฯ กรณ์	จาติกวนิช	รัฐมนตรีว่าการกระทรวงการคลัง
๒.	ส.ส. อนุชา	บูรพชัยศรี	
๓.	ส.ส. สมเกียรติ	ฉันทวานิช	
๔.	ดร. เจริญ	คันธวงศ์	
๕.	ส.ก. อมรเทพ	เศตะพราหมณ์	
๖.	คุณสนบ	ตั้งจิตสมบูรณ์	(ผู้อำนวยการสำนักงานเขตยานนาวา)
๗.	ส.ข. เขตยานนาวา		
๘.	ญาติพี่น้องตระกูลเวณุจันทน์		
๙.	คุณทนงศักดิ์	มโนธรรมรักษา	
๑๐.	ลูกหลานคุณพ่อมนัส (เก๊า) - คุณแม่เล็ก	ศรีนุรัตน์	

รายนามผู้รับเป็นเจ้าภาพ

ถวายปัจจัยแด่ประธานฝ่ายสงฆ์ในพิธีสวดพระพุทธมนต์
วันเสาร์ที่ ๗ มีนาคม พ.ศ.๒๕๕๒ เวลา ๑๐.๓๐ น.
จำนวน ๑ รูป ถวายรูปละ ๑๐,๐๐๐ บาท

พันเอก มนตรี โสณมัย

รายนามผู้รับเป็นเจ้าภาพ

ถวายภัตตาหารแด่พระสงฆ์ (โต๊ะจีน)
วันเสาร์ที่ ๗ มีนาคม พ.ศ.๒๕๕๒ เวลา ๑๑.๐๐ น.
จำนวน ๒๐๐ รูป

คุณบุญช่วย อร่ามดวง

รายนามผู้รับเป็นเจ้าภาพ

ถวายปัจจัยแด่พระสงฆ์ทรงสมณศักดิ์สวดศราทธพรต

วันเสาร์ที่ ๗ มีนาคม พ.ศ.๒๕๕๒ เวลา ๑๓.๐๐ น.

จำนวน ๑๐ รูป ถวายรูปละ ๕,๐๐๐ บาท

๑. คุณหงษ์ เอื้อสุนทรพานิช
๒. ร.ต.ต.หญิงอินทิรา - คุณบุญเรือง เสนะเปรม
๓. คุณเกษร หนูสกุล - คุณลั่นทม เหมวันต์
๔. พระปลัดประสิทธิ์ รตนโชโต
๕. คุณสมบูรณ์ ขำสีทอง และครอบครัว
๖. คุณดำริ - คุณนารี จันทร์ขำ, คุณสาโรจน์ - คุณอรอนงค์ จันทร์ขำ
๗. ลูกหลานคุณพ่อมนัส (เก๊า) - คุณแม่เล็ก ศรีนุรัตน์
๘. คุณป้าผ่อน เต็มเจริญ
๙. คุณผุสดี เต็มเจริญ
๑๐. คุณถวิล เต็มเจริญ

รายนามผู้รับเป็นเจ้าภาพ

ถวายปัจจัยแด่พระสงฆ์ทรงสมณศักดิ์แสดงปาฐกถาธรรม

วันเสาร์ที่ ๗ มีนาคม พ.ศ.๒๕๕๒ เวลา ๑๔.๓๐ น.

จำนวน ๑ รูป ถวายรูปละ ๑๐,๐๐๐ บาท

คุณประทุม เหมวันต์

รายนามผู้รับเป็นเจ้าภาพ

ถวายเครื่องไทยทานแด่ประธานพิธีพระราชทานเพลิงศพ

วันเสาร์ที่ ๗ มีนาคม พ.ศ.๒๕๕๒ เวลา ๑๗.๐๐ น.

จำนวน ๑ รูป ถวายรูปละ ๑๐,๐๐๐ บาท

คุณบุญยสิทธิ์ โชควัฒนา



รายนามผู้รับเป็นเจ้าภาพ
ถวายปัจจัยแด่พระสงฆ์ทรงสมณศักดิ์พิจารณาผ้าบังสุกุล
วันเสาร์ที่ ๗ มีนาคม พ.ศ.๒๕๕๒ เวลา ๑๒.๐๐ น.
จำนวน ๑๐๐ รูป ถวายรูปละ ๓,๐๐๐ บาท

๑. คุณเชียร กิจศรีโอภาส (ห้างโรเล็กซ์นำสว่าง)
๒. คุณทวี วานิชย์หานนท์
๓. คุณสมบูรณ์ ธรณธรรม
๔. คุณประโยชน์ สุขศรีการ
๕. คุณพีระ นีรพิทักษ์
๖. คุณสุชาติ - คุณปองจิตต์ สันตติทรัพย์
๗. คุณวรพงษ์ ภัทรอารยสกุล
๘. คุณกมลชัย - คุณยุวดี ชัยยามานนท์
๙. คุณสุณี ศรีสุทธี
๑๐. คุณสวัสดิ์ - คุณเพ็ญรัตน์ เมธาพิพัฒน์
๑๑. คุณจักรพันธ์ ธวัชเกียรติศักดิ์
๑๒. คุณสิทธิชัย อังค์สุธาสาวิทย์
๑๓. คุณสุรชัย อรุณมงคล
๑๔. คุณมาโนช บุญทวี
๑๕. ร้านท่าทรายสาธุประดิษฐ์
๑๖. คุณสมาณี สิริอร่ามสกุล
๑๗. คุณชัยรัตน์ นพสันติ
๑๘. คุณสุทิน นวกุลชัย
๑๙. คุณประสม ทะประสพ
๒๐. คุณณัฐทรวง แซ่เล้า
๒๑. คุณสุรพล อังค์คีรีรัตน์
๒๒. คุณพัชรา จันทนพรชัย
๒๓. คุณศุภชัย รุ่งเรือง
๒๔. คุณโกศล อิทธิกมลเลิศ
๒๕. คุณวีระชัย อิทธิกมลเลิศ
๒๖. คุณนฤทธิ์ บุญโตสิตระกูล

๒๗. คุณปรีชา - คุณโสภา อมรรัตน์
๒๘. คุณเกษรา สวัสดิรักษา, ดร. กิตติ - คุณนวลจันทร์ โสณมัย, คุณอำนวย โสณมัย
๒๙. พ.ต.อ. กสิณ ศรีธรรมมาสุข (ผกก. สถานีตำรวจนครบาลบางโพงพาง)
๓๐. พ.ต.ท. ภูมิธัช โฆษิตวนิชพงศ์ (รอง ผกก.(ป.) สถานีตำรวจนครบาลบางโพงพาง)
๓๑. พ.ต.ท. สุพล นาคสุข (รอง ผกก.(สส.) สถานีตำรวจนครบาลบางโพงพาง)
๓๒. พ.ต.ท. จิรภัทร มุ่งดี (รอง ผกก.(จร.) สถานีตำรวจนครบาลบางโพงพาง)
๓๓. พ.ต.ท. คงเดช สายยางหล่อ (สว.จร. สถานีตำรวจนครบาลบางโพงพาง)
๓๔. พ.ต.ท. กฤษณ์ แจ้งแสง (สว.สส. สถานีตำรวจนครบาลบางโพงพาง)
๓๕. พ.ต.ต. สุทธิวุฒิ เตียวสนุก (สวป. สถานีตำรวจนครบาลบางโพงพาง)
๓๖. พ.ต.ท. ฐิตวัฒน์ สุริยฉาย (รองผู้กำกับงานสืบสวน จังหวัดนนทบุรี)
๓๗. คุณสำเริง มนูญผล
๓๘. คุณสาธิต สถาพรพิสิทธิ์
๓๙. คุณยงยุทธ อัฐฐะประภาส และครอบครัว
๔๐. คุณสุนันท์ กลิ่นกำจรสุข
๔๑. บริษัท โดมิเนเตอร์ อินเตอร์เนชั่นแนล จำกัด
๔๒. บริษัท แม็กซ์ โลจิสติกส์ คอร์ปอเรชั่น จำกัด
๔๓. บริษัท โดมิเนเตอร์ โลจิสติกส์ จำกัด
๔๔. บริษัท ฮาร์ดวูดส์ แลนด์ จำกัด
๔๕. บริษัท ดีบีเอฟ จำกัด
๔๖. บริษัท โนวาเทร็นด้า จำกัด
๔๗. บริษัท สยามเอ็มที อินเตอร์เนชั่นแนล จำกัด
๔๘. ร้านดิอโรคยา (หมอแดง)
๔๙. คุณสุพจน์ สุขเจริญไกรศรี และครอบครัว
๕๐. คุณสุพจน์ สุขเจริญไกรศรี และครอบครัว
๕๑. คุณสุพจน์ สุขเจริญไกรศรี และครอบครัว
๕๒. บริษัท เอ.แอล โฮมการ์เด้น จำกัด
๕๓. บริษัท ซิลเวอร์ พลัส ไนน์ จำกัด
๕๔. บริษัท อินแคมเทค จำกัด
๕๕. บริษัท ทีทีเอฟ แฟบริค จำกัด
๕๖. บริษัท เพอร์เฟค บายอิ้ง แอนด์ เมอร์ช้านไดซิ่ง เซอร์วิส จำกัด
๕๗. บริษัท พี บี เอ็ม เอส จำกัด



๕๘. บริษัท ธนาภิรมย์ พร็อทเพอร์ตี้ จำกัด
๕๙. ภัตตาคารศาลาไทย
๖๐. บริษัท เรบมิท มาร์เก็ตติ้ง (ประเทศไทย) จำกัด
๖๑. บริษัท เวอร์เทคส์ เจมส์ แอนด์ จิวเวอรี่ จำกัด
๖๒. บริษัท ธีซิซ อินเตอร์เนชั่นแนล จำกัด
๖๓. คุณประสาร-คุณขนิษฐา หนูสกุล
๖๔. ส.ข. เอกศักดิ์ สังขบุญย์ และครอบครัว
๖๕. คุณเปล่ง-คุณอุทัย แจ้งกิจ
๖๖. คุณธวัช-คุณวาสนา มหาดไทย
๖๗. ผู้บริหารและคณะครูโรงเรียนวัดดอกไม้
๖๘. คุณสมใจ ตั้งกิจวงศ์ไพศาล รอง ผอ. โรงเรียนวัดดอกไม้
๖๙. ลูกหลานคุณพ่อมนัส(เก๊า)-คุณแม่เล็ก ศรีนุรัตน์
๗๐. คุณอัฐพล ศิริขจรกิจ
๗๑. คุณคาเช็ง แซ่อึ้ง
๗๒. คุณวิรัช หอธัญญโรจน์
๗๓. คุณสุนทรี หอธัญญโรจน์
๗๔. คุณรัชรี หอธัญญโรจน์
๗๕. คุณรัชวี หอธัญญโรจน์
๗๖. คุณจุมพล ศิริขจรกิจ
๗๗. คุณสุดารัตน์ ศิริขจรกิจ
๗๘. คุณพลสุดา ศิริขจรกิจ
๗๙. คุณพลลดา ศิริขจรกิจ
๘๐. ธนาคารกรุงเทพ จำกัด สาขาถนนรัชดา-สี่แยกสาธุประดิษฐ์
๘๑. คุณชูศักดิ์ - คุณอังสนา ดวงพลอย
๘๒. คุณปรีชา มิตรพันธ์
๘๓. คุณศิริชัย วิรุฬชัยโชติ
๘๔. คุณประสิทธิ์ เฮงเลิศปัญญา
๘๕. พ.ต.ท. เทียนชัย - ร.ต.อ. หญิง สุมาลี ศรีภิรมย์
๘๖. คุณดำริ - คุณนารี จันทร์ขำ
๘๗. คุณสาโรจน์ - คุณอรอนงค์ จันทร์ขำ
๘๘. คุณไพพยนต์ - คุณพนิตตา อุทิศให้ นายพชร พฤกษาอาชีพ

๘๙. บริษัท สหพัฒนพิบูลย์ จำกัด (มหาชน)
๙๐. บริษัท สหพัฒนาอินเตอร์โฮลดิ้ง จำกัด (มหาชน)
๙๑. บริษัท ไอ.ซี.ซี อินเตอร์เนชั่นแนล จำกัด (มหาชน)
๙๒. บริษัท ไลอ้อน(ประเทศไทย) จำกัด
๙๓. โรงละครเอ็มเธียร์เตอร์
๙๔. คุณสุมาลี กมุทชาติ
๙๕. คุณชนัตถ์ กิตติวัฒนากร
๙๖. คุณสุรีย์ รัตนธรรมวิถี
๙๗. คุณอัญศรี เอื้อสุนทรพานิช
๙๘. คุณทองขาว เรืองเดช
๙๙. คุณนิภา ศรีพงศ์ธนากุล
๑๐๐. คุณสุวิทย์ - คุณจิตราภรณ์ วุฒิชัยพรกุล
๑๐๑. คุณมานะ - คุณรุ่งทิพย์ ตรงกมลธรรม

รายนามผู้รับเป็นเจ้าภาพ

ถวายปัจจัยแด่ประธานพิธีสุมเพลิง ฝ่ายสงฆ์
พระปริยัติธีรคุณ (เจ้าคณะเขตยานนาวา - สาทร)
วันเสาร์ที่ ๗ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๕๒ เวลา ๒๒.๐๐ น.
จำนวน ๑ รูป ถวายรูปละ ๕,๐๐๐ บาท

พระครูปภากรวิหารกิจ (รักษาการเจ้าอาวาสวัดดอกไม้)

รายนามผู้รับเป็นเจ้าภาพ

ถวายปัจจัยแด่พระสงฆ์ทรงสมณศักดิ์พิธีสามหาบ
วันอาทิตย์ที่ ๘ มีนาคม พ.ศ.๒๕๕๒ เวลา ๐๗.๓๐ น.
จำนวน ๓ รูป ถวายรูปละ ๓,๐๐๐ บาท

๑. ลูกหลานคุณพ่อมนัส(เก๊า)-คุณแม่เล็ก ศรีนุรัตน์
๒. คุณทนงศักดิ์ มโนธรรมรักษา
๓. คุณเกษณี สารประสิทธิ์



รายนามผู้รับเป็นเจ้าภาพ

ถวายปัจจัยแด่พระสงฆ์ทรงสมณศักดิ์เจริญพระพุทธมนต์
วันอาทิตย์ที่ ๘ มีนาคม พ.ศ.๒๕๕๒ เวลา ๑๐.๓๐ น.
จำนวน ๑๐ รูป ถวายรูปละ ๓,๐๐๐ บาท

๑. ลูกหลานคุณพ่อมนัส (เก๊า) - คุณแม่เล็ก ศรีนุรัตน์
๒. คุณบรรจง ศรีธนสัณห์
๓. คุณอารีวัลย์ แม้นเหมือน - คุณทัศนีย์ ทักธิการ
๔. คุณสุณิสา มโนธรรมรักษา
๕. คุณวีระวิทย์ มโนธรรมรักษา
๖. คุณธีระชาติ มโนธรรมรักษา
๗. คุณวีระกิตติ์ เอกอัครวิจิตร
๘. บริษัท พระราม ๓ เทรดเซ็นเตอร์ จำกัด
๙. บริษัท ทรัพย์รุ่งเรือง ซิตี้ จำกัด (บางปู จ.สมุทรปราการ)
๑๐. พนักงาน เจ.เอส.พี. กรุ๊ป

- คุณประทุม เหมวันต์
  เป็นเจ้าภาพถวายปัจจัยกัณฑ์เทศน์, เครื่องไทยทาน, ผ้าไตร
  งานสวดพระอภิธรรมศพ ๑๕ คืน

- ส.ข. เอกศักดิ์ สังขบุณย์
  บริจาคน้ำแข็งตลอดงาน

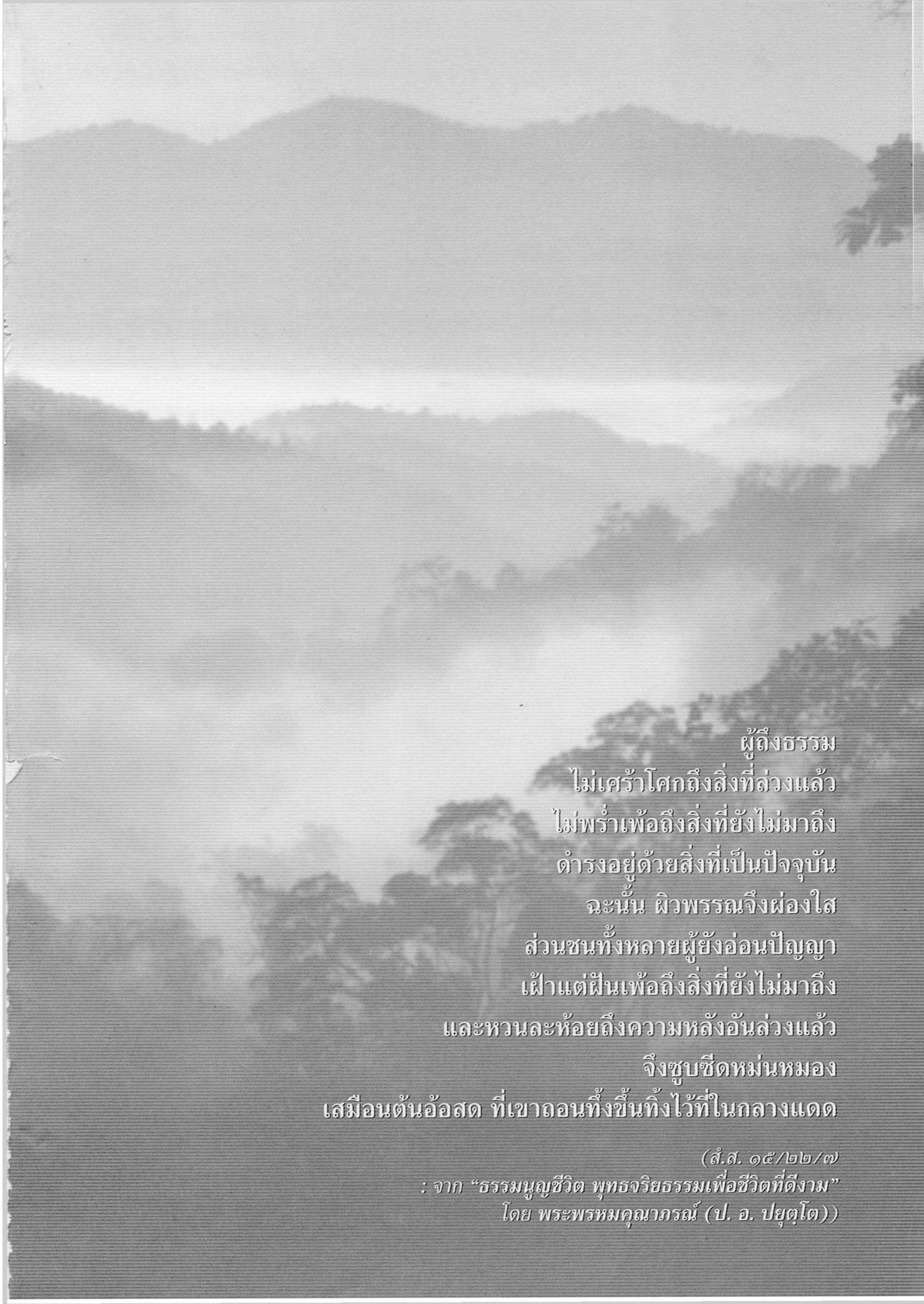
- พระครูสถิตบุญวัฒน์ เจ้าอาวาสวัดด่าน เจ้าคณะแขวงยานนาวา เขต ๒ เขตยานนาวา
  กรุงเทพมหานคร บริจาคข้าวสาร ๕ กระสอบ

- คุณเปล่ง-คุณอุทัย แจ้งกิจ, นางลั่นทม เหมวันต์
  ถวายผ้าม่านงานสวดพระอภิธรรมศพ

- คุณจุมินทร์ - คุณวาสนา วัฒกวณิชย์ (ร้านมหานิรมิตร)
  ถวายชาอู่หลง ตลอดงาน

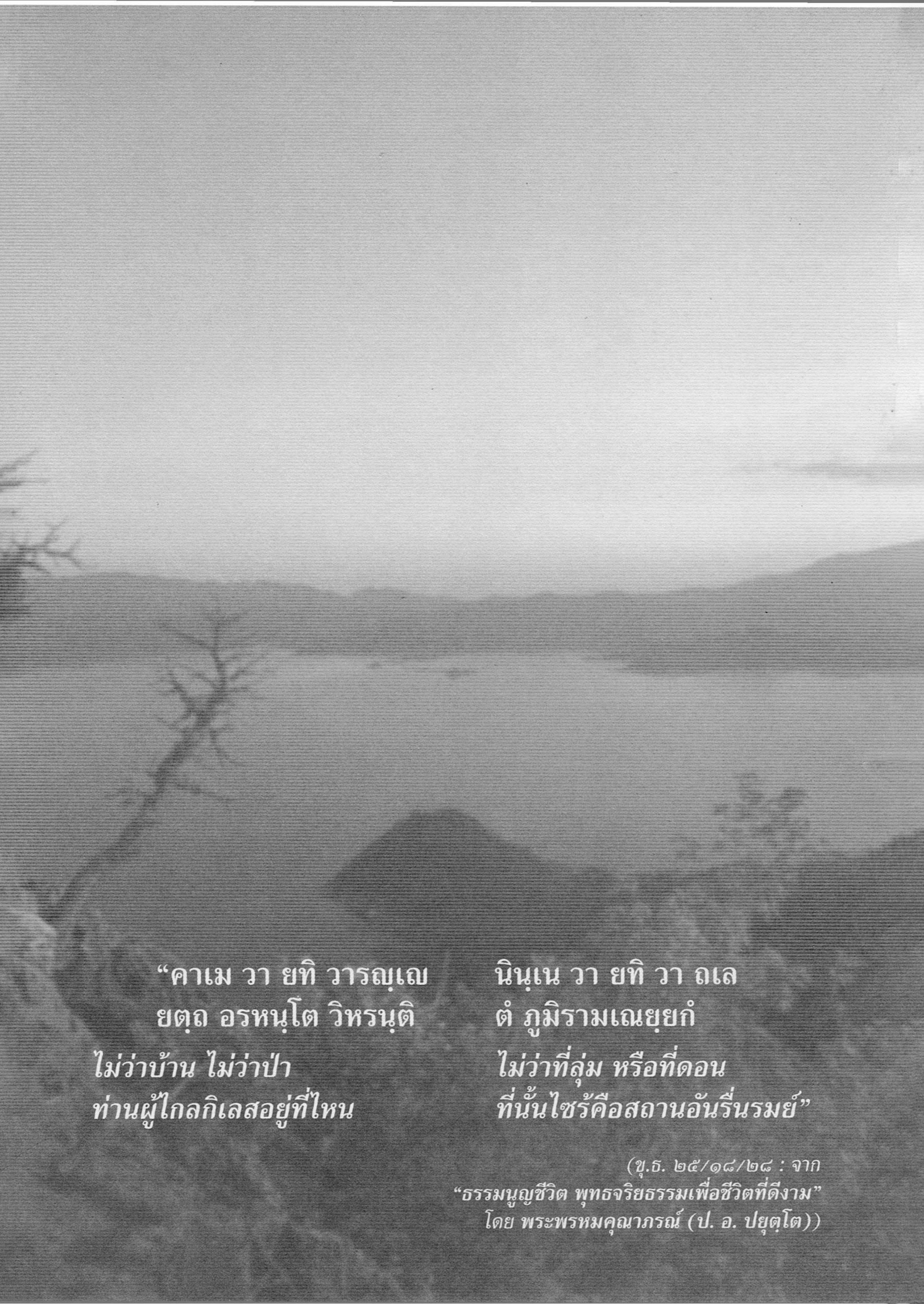
รายนามเจ้าภาพจัดพิมพ์หนังสืออนุสรณ์
งานพระราชทานเพลิงศพ
พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์ (เจริญ ปภสฺสโร)
อดีตเจ้าอาวาสวัดดอกไม้

๑. คณะสงฆ์วัดดอกไม้	๑๑,๔๐๐ บาท
๒. บริษัท ภาโรจน์ จำกัด (กวงหลงปัง)	๑๐,๐๐๐ บาท
๓. บริษัท ชุมไทย จำกัด นำโดย นางอรุณี แจ้งพินิจพร	๑๐,๐๐๐ บาท
๔. บริษัท โภคา เฟอร์นิเจอร์	๑๐,๐๐๐ บาท
๕. พนักงาน บริษัท โฮมโปร	๖,๔๔๘ บาท
๖. บริษัท โอสถ อินเตอร์ แลมบอราทอรีส์ จำกัด	๕,๐๐๐ บาท
๗. คุณทนงศักดิ์ มโนธรรมรักษา - ครอบครัว	๕,๐๐๐ บาท
๘. คุณเกษร กล่มเกลี้ยง	๕,๐๐๐ บาท
๙. คุณชโลทร วรากุลวิทย	๑,๐๐๐ บาท
๑๐. คุณจิราภรณ์ สว่างอำไพพงษ์	๑,๐๐๐ บาท
๑๑. คุณอัญชิสา สว่างอำไพพงษ์ (อุทิศให้ คุณพ่อสุทัศน์ สว่างอำไพพงษ์)	๑,๐๐๐ บาท
๑๒. คุณอุบล รักร้อย และครอบครัว	๑,๐๐๐ บาท
๑๓. ด.ญ.จินตนา ชุ่มมี	๑,๐๐๐ บาท
๑๔. คุณสมาน บุญญูประสพ	๑,๐๐๐ บาท
๑๕. คุณสนิท โบไธสง	๕๐๐ บาท
๑๖. นายเลื่อน ยิ้มเจริญ	๕๐๐ บาท
๑๗. นางสมจิตร์ ยิ้มเจริญ	๕๐๐ บาท
๑๘. ด.ต. ชวลิต ยิ้มเจริญ	๕๐๐ บาท



ผู้ถึงธรรม
ไม่เศร้าโศกถึงสิ่งที่ล่วงแล้ว
ไม่พร่ำเพ้อถึงสิ่งที่ยังไม่มาถึง
ดำรงอยู่ด้วยสิ่งที่เป็นปัจจุบัน
ฉะนั้น ผิวพรรณจึงผ่องใส
ส่วนชนทั้งหลายผู้ยังอ่อนปัญญา
เฝ้าแต่ฝันเพ้อถึงสิ่งที่ยังไม่มาถึง
และหวนละห้อยถึงความหลังอันล่วงแล้ว
จึงซูบซีดหม่นหมอง
เสมือนต้นอ้อสด ที่เขาถอนทิ้งขึ้นทิ้งไว้ที่ในกลางแดด

(สํ.ส. ๑๕/๒๒/๗
: จาก "ธรรมนูญชีวิต พุทธจริยธรรมเพื่อชีวิตที่ดีงาม"
โดย พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต))



“คาเม วา ยทิ วารญฺเญ นินฺเน วา ยทิ วา ถเล
ยตฺถ อรหนฺโต วิหรนฺติ ตํ ภูมิรามเณยฺยกํ

ไม่ว่าบ้าน ไม่ว่าป่า ไม่ว่าที่ลุ่ม หรือที่ดอน
ท่านผู้ไกลกิเลสอยู่ที่ไหน ที่นั้นไซร้คือสถานอันรื่นรมย์”

(ขุ.ธ. ๒๕/๑๘/๒๘ : จาก
“ธรรมนูญชีวิต พุทธจริยธรรมเพื่อชีวิตที่ดีงาม”
โดย พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต))



ตาย - ก็เพียงร่างสิ้น ลมปราณ
แต่ - หากฝากผลงาน เด่นไว้
ไม่ - ตายอย่างสังขาร นาพ่อ
ตาย - แต่ตัวชื่อใช้ร้ โลกรู้ลืมไฉน ฯ

พระครูวิจิตรพัฒนาภรณ์ (เจริญ ปญฺญาวโร) อดีตเจ้าอาวาสวัดดอกไม้